

# ESSENSPLAN

## KALENDERWOCHE 15

- **MO** NUDEL-PFANNE  
HACKBÄLLCHEN MIT PAPRIKA-SAHNE SAUCE & REIS
- **DI** BANANEN-SHAKE  
ZOODLES MIT GARNELEN
- **MI** WALDBEEREN-BOWL MIT NÜSSEN  
PUTENGESCHNEZELTES MIT SPÄTZLE
- **DO** SPÄTZLE-AUFLAUF  
GURKENSALAR & VOLLKORNBROT
- **FR** RINGANA D-EAT SHAKE  
GRILLEN
- **SA** SELBSTGEMACHTE PIZZA  
KIRSCH-KAISERSCHMARRN
- **SO** RESTE FUTTERN  
#SUPPORTYOURLOCALS

FuchsLiebende  
by Maria Reuter