

# Essensplan – Beispiel

	Mittag	Abend
<b>Montag</b>	Reste	Brot mit Aufschnitt, Bratwürstchen
<b>Dienstag</b>	Reste	Hähnchenbrustgeschnetzeltes mit Paprika und Brokkoli aus dem Wok
<b>Mittwoch</b>	Reste	Bratkartoffeln mit Fleischkäse & Möhrengemüse
<b>Donnerstag</b>	Reste	Nudeln mit Spinat und Garnelen
<b>Freitag</b>	Nudeln mit Bolognese	Brot mit Aufschnitt
<b>Samstag</b>	Hähnchen in Tomatensauce aus dem Ofen mit Reis	Milchreis mit Kirschen
<b>Sonntag</b>	Putenschnitzel mit Pommes & Gurkensalat	Bestellen?! 😊

# Essensplan

	Mittag	Abend
Montag		
Dienstag		
Mittwoch		
Donnerstag		
Freitag		
Samstag		
Sonntag		