

Essensplan für 27.08.-02.09.2018

Montag, den 27.07.	Dienstag, den 28.08.	Mittwoch, den 29.08.	Donnerstag, den 30.08.	Freitag, den 31.08.	Samstag, den 01.09.	Sonntag, den 02.09.
Porridge	Amaranth-Joghurt	Müsli / Cornflakes	Overnight Oats	Griesbrei	Familienfrühstück	Familienfrühstück: Schokocreme
Suppe / Reste	Suppe / Reste	Suppe / Reste	Suppe / Reste	Suppe / Reste	Suppe / Reste	Suppe / Reste
Pasta mit Pesto	Reis mit Currygemüse und Kokosmilch	Moussaka mit Süßkartoffeln	Spaghetti Carbonara	Gemüsepufer mit Tzatziki und Salat	Brotzeit, Rohkost- Salat	Pizza
Schokokuchen	Extra	Extra	Extra	Muffins mit Zitrone und Heidelbeeren	Kürbissuppe zum Einfrieren	Extra
Zutaten / Rezepte	Zutaten / Rezepte	Zutaten / Rezepte <i>Attila</i>	Zutaten / Rezepte <i>Attila</i>	Zutaten / Rezepte <i>healthy on green</i>	Zutaten / Rezepte	Zutaten / Rezepte