

Essensplan

SAMSTAG

Burger

SONNTAG

Spätzle mit Kürbissauce

MONTAG

Hack-Käse-Suppe im Brot

DIENSTAG

Kürbis-Risotto

MITTWOCH

Salat

DONNERSTAG

Vegetarische Moussaka

FREITAG

Pizza

Einkaufsliste (Einkaufstag: Freitag oder Samstag)

- | | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Buns | <input type="checkbox"/> Weizenmehl | <input type="checkbox"/> Pizzamehl |
| <input type="checkbox"/> Hackfleisch | <input type="checkbox"/> Roggenmehl | <input type="checkbox"/> Mozzarella |
| <input type="checkbox"/> Tomaten | <input type="checkbox"/> Hefewürfel | <input type="checkbox"/> Olivenöl |
| <input type="checkbox"/> Salatiges | <input type="checkbox"/> Salz | <input type="checkbox"/> Basilikum |
| <input type="checkbox"/> Zwiebeln | <input type="checkbox"/> Butter | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Dillgurken | <input type="checkbox"/> Risottoreis | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Jalapenos | <input type="checkbox"/> Pecorino | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Cheddar | <input type="checkbox"/> Feta | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Bacon | <input type="checkbox"/> Flubergine | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Mayo | <input type="checkbox"/> Kartoffeln | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Saucen... | <input type="checkbox"/> Tomaten geh. | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Spätzlemehl | <input type="checkbox"/> Tomatenmark | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Eier | <input type="checkbox"/> Petersilie | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Sahne | <input type="checkbox"/> Oregano | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Hokkaido | <input type="checkbox"/> Zucchini | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Knoblauch | <input type="checkbox"/> Milch | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Kürbiskernöl | <input type="checkbox"/> Zimt | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Gouda | <input type="checkbox"/> Muskat | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Suppengrün | <input type="checkbox"/> Zucker | <input type="checkbox"/> |