

# Essensplan

SAMSTAG

Käsespätzle

SONNTAG

Königsberger Klopse

MONTAG

Zucchinicremesuppe

DIENSTAG

Schinkennudeln

MITTWOCH

Salat mit Ei

DONNERSTAG

Spinatrolle

FREITAG

Reis mit Paprika Rahm Sauce

## Einkaufsliste (Einkaufstag: Freitag oder Samstag)

- |                                      |  |                          |
|--------------------------------------|--|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> Salz        | <input type="checkbox"/> Weißwein      | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Pfeffer     | <input type="checkbox"/> Suppengrün    | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Balsamico   | <input type="checkbox"/> Zucchini      | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Olivenöl    | <input type="checkbox"/> Sahne         | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Essig       | <input type="checkbox"/> Hefe          | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Pflanzenöl  | <input type="checkbox"/> Pasta         | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Zwiebeln    | <input type="checkbox"/> Schinken      | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Knoblauch   | <input type="checkbox"/> Salatiges     | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Butter      | <input type="checkbox"/> Blattspinat   | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Spätzlemehl | <input type="checkbox"/> Blätterteig   | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Eier        | <input type="checkbox"/> Feta          | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Bergkäse    | <input type="checkbox"/> Creme fraiche | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Hackfleisch | <input type="checkbox"/> Naturreis     | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Mehl        | <input type="checkbox"/> Paprika       | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Milch       | <input type="checkbox"/>               | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Kapern      | <input type="checkbox"/>               | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Kartoffeln  | <input type="checkbox"/>               | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Majoran     | <input type="checkbox"/>               | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Senf        | <input type="checkbox"/>               | <input type="checkbox"/> |

