

Essensplan

SAMSTAG

Käsefondue mit frischem Brot

SONNTAG

Mama's Burger

MONTAG

Chinakohlsalat mit Apfel und Mandarine

DIENSTAG

Raclette

MITTWOCH

Reste Wraps

DONNERSTAG

Lachs Teriyaki

FREITAG

Hühnersuppe

Einkaufsliste (Einkaufstag: Freitag oder Samstag)

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> Salz | <input type="checkbox"/> Salatiges | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Pfeffer | <input type="checkbox"/> Saucen | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Balsamico | <input type="checkbox"/> Chinakohl | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Olivenöl | <input type="checkbox"/> Äpfel | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Essig | <input type="checkbox"/> Mandarinen | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Pflanzenöl | <input type="checkbox"/> Walnüsse | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Zwiebeln | <input type="checkbox"/> Raclettezutaten | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Knoblauch | <input type="checkbox"/> Wraps | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Hefe | <input type="checkbox"/> Lachs | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Versch. Mehl | <input type="checkbox"/> Sesam | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Fonduekäse | <input type="checkbox"/> Sojasauce | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Stärke | <input type="checkbox"/> Frühlingszwiebel | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Weißwein | <input type="checkbox"/> Brauner Zucker | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Ggf. Kirschwasser | <input type="checkbox"/> Ingwer | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Milch | <input type="checkbox"/> Zitronensaft | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Honig | <input type="checkbox"/> Suppenhuhn | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Eier | <input type="checkbox"/> Suppengrün | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Butter | <input type="checkbox"/> Suppenudeln | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Hackfleisch | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

