



# Was gibt es diese Woche zu essen? Mein Menüplan.

## Lebensmittel

Frisch

Haltbar

### Montag

Mittagessen

Jause

Abendessen

### Dienstag

Mittagessen

Jause

Abendessen

### Mittwoch

Mittagessen

Jause

Abendessen

### Donnerstag

Mittagessen

Jause

Abendessen

## Lieblingsgericht

### Freitag

Mittagessen

Jause

Abendessen

### Samstag

Frühstück

Mittagessen

Jause

Kaffee  
& Kuchen

Abendessen

### Sonntag

Frühstück

Mittagessen

Jause

Kaffee  
& Kuchen

Abendessen

Mehr Rezepte Inspirationen findest Du auf [www.floraplant.at](http://www.floraplant.at)