REZEPTLIEBE

von Melissa

ESSENSPLAN

MONTAG
Spargelsuppe

DIENSTAG
Spaghetti mit Pesto

MITTWOCH
Gnocchi mit Gemüse und Pute

DONNERSTAG
Reispfanne ähnlich Nasi Goreng

FREITAG
Lachsfilet mit Kartoffelgratin

SAMSTAG
– spontan –

SONNTAG
Sauerbraten mit Knödel

MEINE WOCHE

von _____ bis _____

Mein Wochenziel

Wichtige to Do's

Notizen

EINKAUFSLISTE