

REZEPTLIEBE
 von *Melissa* ❤️

ESSENSPLAN

MONTAG

Salat mit Putenstreifen

DIENSTAG

Spaghetti Bolognese

MITTWOCH

Gefüllte Paprika mit Hackfleisch und Kartoffeln

DONNERSTAG

Putengeschnetzeltes mit Reis

FREITAG

Fischstäbchen mit Spinat und Kartoffeln

SAMSTAG

- spontan -

SONNTAG

Krustenbraten mit Knödel

MEINE WOCHЕ

von _____ bis _____

Mein Wochenziel

Wichtige To Do's

Notizen

EINKAUFLISTE

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-