


WOCHEN SPEISEPLAN

Montag	Dienstag	Mittwoch
Gericht:	Gericht:	Gericht:
Salat / Nachtisch:	Salat / Nachtisch:	Salat / Nachtisch:
Kochbuch: Seite:	Kochbuch: Seite:	Kochbuch: Seite:
Donnerstag	Freitag	Samstag
Gericht:	Gericht:	Gericht:
Salat / Nachtisch:	Salat / Nachtisch:	Salat / Nachtisch:
Kochbuch: Seite:	Kochbuch: Seite:	Kochbuch: Seite:
Sonntag	Platzhalter für den Einkaufszettel! (passend für Klebe-Notizen)	
Gericht:		
Salat / Nachtisch:		
Kochbuch: Seite:		