

4 Wochen Speiseplan für Familien

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Gnocchi + Tomatensoße	Schnelles Hühnerfrikassee + Reis	DIY - Pizza	Kartoffelgulasch mit Baguette	Schlemmerfilet + Reis	Flammkuchen	Köttbullar + Reis
Spaghetti Carbonara	Tex Mex Wraps	Spirellitopf	Ofenkartoffeln mit Sour Cream	Fischstäbchen + Püree und Spinat	Kartoffel-Brokkoli Auflauf	Schweinefilet + Rösti + Pilz- Rahmsoße
Nudeln + Pesto	Thai-Curry + Reis	Kartoffelsuppe + Würstchen + Baguette	Pfannkuchen	Tagliatelle + Lachs Sahne Soße	DIY-Burger	Käs Spätzle mit Blattspinat
Hähnchen Süß- Sauer	Veggie-Pulled Pork Sandwich!	Tortellini mit Schinken-Käse- Soße	Milchreis	Schnitzel + Kartoffelsalat	Gefülltes Fladenbrot	Hähnchen Gyros + Bauernsalat und Kartoffelspalten