



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.rama.com/de-at/at