



# Was koche ich diese Woche?

## Lebensmittel

Frisch

Haltbar

### Montag

Mittag

Snacks

Abendessen

### Dienstag

Mittag

Snacks

Abendessen

### Mittwoch

Mittag

Snacks

Abendessen

### Donnerstag

Mittag

Snacks

Abendessen

## Lieblingsgericht

### Freitag

Mittag

Snacks

Abendessen

### Samstag

Frühstück

Mittag

Snacks

Kaffee  
& Kuchen

Abendessen

### Sonntag

Frühstück

Mittag

Snacks

Kaffee  
& Kuchen

Abendessen

Mehr Rezepte Inspirationen findest Du auf [www.rama.com/de-ch/ch](http://www.rama.com/de-ch/ch)