

# ESSENSPLANUNG

KW 18

MONTAG

ROTE LINSENSUPPE MIT  
KOKOSMILCH, PAPRIKA UND CURRY

DIENSTAG

GEMÜSELASAGNE

MITTWOCH

COUSCOUS SALAT MIT  
ZITRONEN-DRESSING

DONNERSTAG

KARTOFFEL BROKKOLI GRATIN

FREITAG

TOMATENSALAT MIT  
BREZEL-CROUTONS

SAMSTAG

HONIG SENF RÖSTKARTOFFEL SALAT  
MIT FETA UND TOMATEN

SONNTAG

TOMATEN AVOCADO PASTA

