

# WOCHENPLAN

MONTAG
FRÜHSTÜCK
MITTAG
ABENDESSEN

DIENSTAG
FRÜHSTÜCK
MITTAG
ABENDESSEN

MITTWOCH
FRÜHSTÜCK
MITTAG
ABENDESSEN

DONNERSTAG
FRÜHSTÜCK
MITTAG
ABENDESSEN

FREITAG
FRÜHSTÜCK
MITTAG
ABENDESSEN

SAMSTAG
FRÜHSTÜCK
MITTAG
ABENDESSEN

SONNTAG
FRÜHSTÜCK
MITTAG
ABENDESSEN

EINKAUF

