Menüplan

Montag

Dinkelpasta mit Brokkolipesto und Tomaten-Mozzarella Salat

Dienstag

Reste und Vesper

Mittwoch

Paniertes Putenschnitzel mit Pommes aus der Heißluftfritteuse und Salat

Donnerstag

Schwäbischer Zwiebelkuchen mit Speck und Hefeteig

Freitag

Pizza mit Low-Carb Quark-Käse Teig

Samstag

Maultaschenpfanne mit Sahnesoße, Käse und Röstzwiebeln

Sonntag

Spätzle mit Pilzrahmsoße und Schweinelende

Zutaten und Notizen