

Wochenplaner

Mama sein ist wunderschön, aber auch ganz schön anstrengend und zeitraubend. Um Deinen Alltag optimal zu organisieren und in puncto Ernährung so unkompliziert wie möglich zu gestalten, ist ein Wochenplan goldwert. Du kannst damit Eure Mahlzeiten für die nächsten sieben Tage planen und gleich alle Lebensmittel einkaufen, die Du benötigst. So vermeidest Du Zeitdruck und Fehleinkäufe. Auf meinem Blog kannst Du Dir den Plan herunterladen.

EINKAUFEN

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

TO-DO-LISTE

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

WOCHENPLAN



Woche/Datum:

	FRÜHSTÜCK	MITTAGESSEN	ABENDESSEN	SNACKS
MO				
DI				
MI				
DO				
FR				
SA				
SO				