

Eine Woche mit Plan

Was gibt's, wer kocht, wer ist da? Und auf den Einkaufszettel kommt nur, was wirklich fehlt.

Woche vom _____ bis _____

TAG	WAS GIBT'S?	WER KOCHT?	WER IST DA?
Montag			
Dienstag			
Mittwoch			
Donnerstag			
Freitag			
Samstag			
Sonntag			

Ein Abend ist Reste-Abend. Welcher? ☐ Mo ☐ Di ☐ Mi ☐ Do ☐ Fr ☐ Sa ☐ So

Schon da, muss bald weg

Vor dem Planen einmal in Kühlschrank und Vorratsschrank schauen. Das kommt zuerst auf den Plan.

Einkaufszettel

Nur, was für den Plan fehlt. Mit Zettel einkaufen, abhaken, fertig.

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐