



Mein persönlicher KK-Wochenplan

Zum Vorplanen oder Tagebuch führen

Woche:

Montag

Frühstück:

Mittagessen:

Abendessen:

Dienstag

Frühstück:

Mittagessen:

Abendessen:

Mittwoch

Frühstück:

Mittagessen:

Abendessen:

Donnerstag

Frühstück:

Mittagessen:

Abendessen:

Freitag

Frühstück:

Mittagessen:

Abendessen:

Samstag

Frühstück:

Mittagessen:

Abendessen:

Sonntag

Frühstück:

Mittagessen:

Abendessen:

Einkaufszettel