

7 Tage "Schnelles für Kids"

	Frühstück	Hauptmahlzeit
Montag	Banana Split mit Granola und Joghurt	Tomaten-Taler vom Grill
Dienstag	Zuckerfreier Haselnuss-Grießbrei	Schinken-Brokkoli aus dem Ofen
Mittwoch	Käse-Rührei	Kürbis-Curry-Waffeln
Donnerstag	Schnelle Schoko-Nuss-Creme	Käse-Spätzle-Pfanne
Freitag	Zuckerfreies Müsli mit Cranberrys	Maisfritter mit Erbsen-Guacamole
Samstag	Pfannenbrot mit Erdnussbutter	Pizzadillas
Sonntag	Gebackenes zuckerfreies Schoko-Oatmeal	Schnelle Fischstäbchen-Burger