
















# Speiseplan März

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Frühstück	<p>Karotten-Muffins</p>  <p>⌚ 20 Min.</p>	<p>Veganes Himbeer-Porridge</p>  <p>⌚ 10 Min.</p>	<p>Apfelfannkuchen</p>  <p>⌚ 15 Min.</p>	<p>Gebackene Rühreier</p>  <p>⌚ 15 Min.</p>	<p>Grießbrei mit Beeren und Walnüssen</p>  <p>⌚ 10 Min.</p>
Snack	<p>Heidelbeer-Quetschie</p>  <p>⌚ 5 Min.</p>	<p>Sandwich mit Avocado</p>  <p>⌚ 5 Min.</p>	<p>Sonnen-Smoothie</p>  <p>⌚ 5 Min.</p>	<p>Quarkspeise mit Erdbeermus</p>  <p>⌚ 5 Min.</p>	<p>Camembert-Spieß</p>  <p>⌚ 5 Min.</p>
Warme Mahlzeit	<p>One-Pot-Pasta mit Fetakäse und Babyspinatsalat</p>  <p>⌚ 25 Min.</p>	<p>Hähnchenkeulen mit Paprikagemüse und Gnocchi</p>  <p>⌚ 25 Min.</p>	<p>Kichererbsen-Eintopf</p>  <p>⌚ 30 Min.</p>	<p>Waffeln aus Kartoffeln mit Kräuterquark</p>  <p>⌚ 30 Min.</p>	<p>Fischburger mit Süßkartoffelbrei</p>  <p>⌚ 25 Min.</p>