

Speiseplan für die Woche 32/2017

Immer wieder sonntags – Zeit für den neuen *Speiseplan für die Woche 32/2017*

Diese Woche überlasse ich meinem Mann die Gestaltung des Wochenplans...

Kennt ihr das zufällig? Ihr macht euch irre viel Arbeit mit dem Plan, damit dieser abwechslungsreich ist, auch gesundes enthält und die Kinder (4 und 3 Jahre) auch alles mit essen! Ich habe mich ja schon als Rabenmutter geoutet, ich bin einfach nicht bereit 2 Gerichte zu kochen. Also koche ich so, dass die Kinder mindestens 1, besser noch 2 Komponenten finden, die sie mögen! Die restlichen Sachen sollen sie probieren, müssen es aber nicht essen, wenn sie es nicht mögen. ☐



Beim Klick auf das Bild könnt ihr unsere Kennenlerngeschichte
lesen...

Das ist tatsächlich meine mittlerweile fast 11 Jahre alte Tortenfigur.

Zurück zum Mann, also ihr habt einen Plan geschrieben, habt eingekauft, gekocht und dann fragt der Mann was es zum Essen gibt... Und während ihr es ihm sagt, seht ihr ein Mini-Kleines Naserümpfen. Kaum zu merken, aber ihr seht es doch... Das ist mir letzte Woche passiert und so musste mein Mann diesen Plan ganz alleine schreiben. Und wehe ich sehe noch mal ein Nasenrümpfen... ☐

Hier also sein Essensplan für euch:

Speiseplan für die Woche 32/2017

Montag: Bratkartoffeln und Nürnber gern

Dienstag: Käsespätzle und grüner Salat

Mittwoch: Wir essen unterwegs!

gekocht hätte ich: [Blumenkohl-Cheese-Nuggets](#)

Donnerstag: [Wurstsalat](#)

Freitag: [Rollbraten](#) mit Kartoffelpüree und Mama Karotten

Die Mamakarotten gehen so: Karotten schälen, in Scheiben schneiden, in etwas Butter anbraten und dann mit Brühe ablöschen. Darin die Karotten weich garen und anschließend, mit Salz, Pfeffer und etwas Sahne verfeinern. Fertig. So habt ihr gleichzeitig eine Soße, falls ihr möchtet. Durch die Butter bekommen die Karotten einen süßlichen Geschmack.

Samstag: Fischstäbchen, dazu Pommes und Gurkensalat

Sonntag: Wir essen unterwegs!

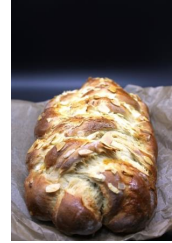
gekocht hätte ich: [Spaghetti Bolognese](#)

Und hier, wie immer, die PDF incl. Einkaufszettel zum ausdrucken: [Speiseplan für die Woche 32-2017](#)

Und was kocht ihr?

Das interessiert euch???

Einfach auf das Bild klicken und schon seid ihr beim Rezept!



Interessante Beiträge zu Familienthemen findet ihr hier,
einfach auf die Bilder klicken:



16 Dinge, die wir von Kindern lernen können



Mama musst du bald sterben?

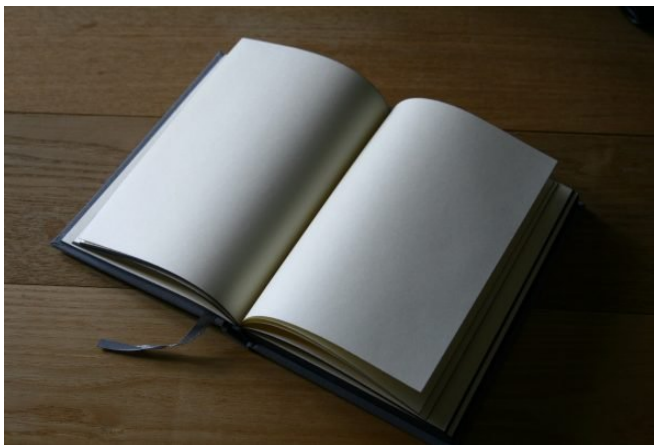


Typisch Mädchen, typisch Junge?



**Mein Kind
nervt mich!!!!**

Mein Kind nervt mich!!!



Brauchen Kinder Werte?

Hier findet ihr meine Wochenpläne... [KLICK](#)

Und wenn ihr noch mehr Rezepte braucht, stöbert doch hier:
[KLICK](#)

Falls Ihr an Familienthemen interessiert seid findet ihr
hier die beliebtesten Beiträge: [KLICK](#)