

# dein Kochplan

FRÜHSTÜCK

MITTAGESSEN

ABENDESSEN

**MONTAG**

**DIENSTAG**

**MITTWOCH**

**DONNERSTAG**

**FREITAG**

**SAMSTAG**

**SONNTAG**

# einkaufsliste

MENGE	ARTIKEL	CHECK	MENGE	ARTIKEL	CHECK
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	<input type="checkbox"/>	_____	_____	<input type="checkbox"/>