



# Speiseplan

Nachdem man gern in Familie mal griechisch, chinesisches, koreanisch, jugoslawisch, mexikanisch, indisch, russisch oder afrikanisch essen gegangen ist, stellen sich doch immer wieder dieselben Fragen. Was essen wir morgen oder was kochen wir morgen?

Anbei daher ein paar Ideen für die tägliche Küche für einen Zeitraum von 77 Tagen (11 Wochen) ohne etwas doppelt zu kochen.

Montag	gefüllter Paprika mit Kartoffeln
Dienstag	Senf Eier mit Kartoffeln
Mittwoch	marinierter Hering mit Kartoffeln
Donnerstag	Nudeleintopf
Freitag	Pizza
Samstag	Linseneintopf
Sonntag	Kaninchen, Rotkohl und Klöße
Montag	Kesselgulasch
Dienstag	Broilerkeulen
Mittwoch	Hefeklöße und Heidelbeeren
Donnerstag	Soljanka
Freitag	Gulasch mit Makkaroni/Spagetti
Samstag	Hühnerkeulen, Pilze, Paprika & Kartoffeln aus dem Ofen
Sonntag	Rinderroulade, Rotkohl und Klöße
Montag	Krauteintopf
Dienstag	Kartoffelpuffer mit Apfelmus/Zucker/Marmelade
Mittwoch	Bohneneintopf
Donnerstag	Königsberger Klopse mit Reis oder Kartoffeln
Freitag	Grünkohleintopf
Samstag	Krautwickel mit Kartoffeln
Sonntag	Ente, Rotkohl und Klöße
Montag	Gemüseintopf
Dienstag	Käse-Lauch-Eintopf
Mittwoch	Kartoffelsuppe
Donnerstag	Spinat und Kartoffeln
Freitag	Tote Oma mit Kartoffeln
Samstag	Eisbein mit Sauerkraut
Sonntag	Sauerbraten, Rotkohl und Klöße
Montag	Eierkuchen mit Apfelmus
Dienstag	Kassler mit Sauerkraut und Kartoffeln
Mittwoch	Spagetti Bolognese
Donnerstag	Hackfleischeintopf
Freitag	Frikassee mit Reis
Samstag	Hackbraten (gefüllt?), Rotkohl und Klöße
Sonntag	Tafelspitz mit Meerrettichsoße



Montag	Sülze mit Bratkartoffeln
Dienstag	Wiener Schnitzel
Mittwoch	Fischstäbchen mit Kartoffel- Selleriestampf
Donnerstag	Nierchen süß-sauer
Freitag	Spanferkel mit Sauerkraut und Kartoffeln
Samstag	Gemüseintopf
Sonntag	Gänsebraten, Rotkohl und Klöße
Montag	geräucherte Forelle
Dienstag	geschmorte Ochsenbäckchen mit Bohnen im Speckmantel
Mittwoch	Gräupchen Eintopf
Donnerstag	Erbseneintopf
Freitag	Cordon Bleu mit Kartoffelstampf
Samstag	Jägerschnitzel mit Makkaroni
Sonntag	Haxe mit Sauerkraut
Montag	Reiseintopf
Dienstag	Spagetti Bolognese
Mittwoch	gebratener Fisch mit Spargel
Donnerstag	Ragout fin
Freitag	Flecke süß-sauer
Samstag	aufgeschnittene Ofenkartoffeln mit Schinken und Käse
Sonntag	Hühnerfrikassee mit Reis
Montag	Wiener Würstchen mit Kartoffelsalat
Dienstag	Folienkartoffeln mit Quark und Leberwurst
Mittwoch	Schaschlikspieße
Donnerstag	Leberkäse mit Sauerkraut
Freitag	Gemüseauflauf
Samstag	Spagetti Carbonares
Sonntag	Hummer mit Spargel
Montag	Pilzpfanne
Dienstag	Hähnchen süß-sauer
Mittwoch	Putenrollbraten
Donnerstag	Bratwurst, Bratkartoffeln und Sauerkraut
Freitag	Tomatensuppe
Samstag	Kürbiscremsuppe
Sonntag	Salzkartoffel, Gurkensalat und Rührei
Montag	Gyros
Dienstag	Chili con Carne
Mittwoch	Bauerntopf
Donnerstag	Frikadellen, Kartoffelpüree, gebratenen Zwiebeln und Soße
Freitag	Lasagne
Samstag	Hackbällchen in Tomatensauce
Sonntag	Geschnetzeltes mit Reis