

**BEX-Betreuungsexperten Nr. 1**  
**Pflugstr. 2, 40470 Düsseldorf**  
**Tel.: 0211 598 77 112**



**ESSENSPLAN VOM \_\_\_\_\_ BIS ZUM \_\_\_\_\_**

	<b>Frühstück</b>	<b>Mittagessen</b>	<b>Abendessen</b>	<b>Snacks/ Zwischenmahlzeit</b>
<b>Montag</b>				
<b>Dienstag</b>				
<b>Mittwoch</b>				
<b>Donnerstag</b>				
<b>Freitag</b>				
<b>Samstag</b>				
<b>Sonntag</b>				

**Getränke nicht vergessen!**



**EINKAUFLISTE ZUM ESSENSPLAN**

<b>Obst/Gemüse/Beeren</b>	<b>Milchprodukte</b>	<b>Brot/Backwaren</b>
<b>Getreide/Nudeln</b>	<b>Fisch/Meeresfrüchte</b>	<b>Fleisch/Geflügel/Wurst</b>
<b>Tiefkühlprodukte</b>	<b>Dosen/Konserven</b>	<b>Snacks</b>
<b>Gewürze</b>	<b>Getränke</b>	<b>Sonstiges</b>