

1 Vor dem Einkauf



.....

.....

.....

.....

.....



2 Im Supermarkt



.....

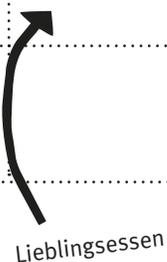
.....

.....

.....

Erstellen Sie einen Wochenplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
morgens	Selbstgemischtes Müsli mit Apfel + Joghurt						
mittags	Nudeln mit Tomatensoße und Möhrensalat	Gemüsepfanne mit Nudeln vom Vortag					
abends	Belegtes Brot, gemischter Salat						



Wie plane ich meinen Einkauf, um dabei zu sparen?

Welche Tipps fallen Ihnen ein?