



## Kidz.Brot.Zeit.

### MONTAG

Beeren-  
Käsekuchen  
zum Löffeln

(Rezept)

### DIENSTAG

Joghurt-Müsli-  
Brötchen  
(Rezept)

Gurke  
Beeren

### MITTWOCH

Joghurt-Müsli-  
Brötchen  
(Rezept)

Gurke  
Karotte

### DONNERSTAG

Mandel-Grieß-  
Kuchen  
(Rezept)

Gurke  
Banane

### FREITAG

Mandel-Grieß-  
Kuchen  
(Rezept)

Gurke, Karotte  
Apfel

## BROTBOX-PLAN

# EINKAUFLISTE

---

## AUF VORRAT

- 50 g Frischkäse
- 50 g Joghurt
- 1 Prise Vanille
- 1 TL Honig
- 150 g Dinkelmehl (630)
- 100 g Müsli (oder Haferflocken + Rosinen)
- 30 g Pflanzenöl
- 3 Eier
- 1,5 Pack Backpulver
- 1 Prise Salz
- 100 g Mandeln (gemahlen)
- 80 g Datteln
- 100 g Butter
- 150 g Dinkelgrieß

## FRISCHE ZUTATEN

- 150-200 g gemischte Beeren
- Wurst/Käse als Belag oder am Stück (2 Port.)
- 1 Gurke
- 30 g Heidelbeeren, Himbeeren
- 1 Karotte
- 1 Banane
- 1 Apfel
- 40 g Trauben