


Speiseplan für eine gesunde Ernährung
von www.senioressen.de

	Frühstück	Aktivitäten Termine vormittags	Mittag- essen	Aktivitäten Termine nachmittags	Abend- essen
Montag					
Dienstag					
Mittwoch					
Donnerstag					
Freitag					
Samstag					
Sonntag					