

Planen Sie zu Hause und in Ruhe Ihren Einkauf und besorgen wirklich NUR das, was auf der Liste steht.

Meine Einkaufsliste

| Was | Wie viel | Was | Wie viel |
|--------------------------|----------|---|----------|
| Gemüse, Kräuter frisch | | Milchprodukte | |
| | | | |
| | | | |
| Gemüse, Kräuter (TK) | | Anderes aus der Kühltheke | |
| | | | |
| | | | |
| Obst, frisch | | Vollkornprodukte, Müsli | |
| | | | |
| | | | |
| Fleisch, Wurst, Geflügel | | Nüsse, Trockenfrüchte, Hülsenfrüchte | |
| | | | |
| | | | |
| Eier | | Für den Vorratsschrank (Haltbares, Gewürze) | |
| | | | |
| | | | |
| Fisch, frisch | | Getränke (Wasser, Kaffee, Tee) | |
| | | | |
| | | | |
| Fisch, TK | | Sonstiges | |
| | | | |
| | | | |