

## **Einkaufsliste Tag 4**

### **FÜRS FRÜHSTÜCK:**

5 Radieschen

### **FÜRS MITTAGESSEN:**

1 Karotte

½ Orange

100g Kichererbsen (Konserve)

1 Handvoll Babyspinat

50g Schafskäse light

### **FÜRS ABENDESSEN:**

2 Frühlingszwiebeln

1 rote Paprika

1 kleine Zucchini

½ Ananas

100g küchenfertige Garnelen

### **FÜR DEN SNACK:**

1 Salatgurke

1 rote Paprika

1 TL Kapern

3 EL Hüttenkäse, bis 0,5% Fett absolut