

Inhalt

Bobos allerbestes Frühstück

- 10 Schokoaufstrich für kleine und große Siebenschläfer
- 11 Hasis Lieblingsmarmelade
- 12 Quarkbrötchen
- 13 Papa Siebenschläfers Spezial-Rührei-Muffins
- 14 Oma Siebenschläfers Frühstückspancakes
- 15 Blaubeer-Pfannkuchen vom Blech
- 16 Frühstücksmuffins
- 17 Knuspermüsli für kleine und große Siebenschläfer
- 18 Bananenquark
- 19 Milchreis
- 20 Haferflockenfrühstück für müde Siebenschläfer (Overnight Oats)
- 21 Herzhafter Avocado-Aufstrich
- 22 Bobos Muntermacher: (Himbeer-Orangen-Smoothie)

Bobos allerleckerstes Mittagessen

- 24 Krokodilsuppe (Brokkolisuppe)
- 25 Häschensuppe (Möhrensuppe)
- 26 Siebenschläfer-Ketchup
- 27 Rote-Linsen-Bolognese
- 27 Käse-Sahne-Soße
- 28 Gemüse-Auflauf
- 29 Kleine Hackbällchen aus dem Ofen
- 30 Nudelnester
- 31 Knusprige Fischstäbchen
- 32 Bibis liebstes Ofengemüse
- 33 Gemüse-Kartoffeltaler mit Käse
- 34 Oma Siebenschläfers Kräuterquark

Bobos allerliebstes Abendessen

- 36 Selbst gemachtes Knäckebrot
- 37 Radieschenfrischkäse
- 38 Tomate-Mozzarella-Leuchtturm
- 39 Gurken-Krokodil
- 40 Eier-Mäuse
- 41 Pizzabällchen
- 42 Gemüse-Reispuffer
- 43 Apfel-Möhren-Rohkost
- 44 Vegetarische Frikadellen
- 45 Nudelsalat
- 46 Hummus mit Gemüsesticks

Bobos allerbesten Nachmittagsnack

- 48 Bananenbrot
- 49 Regenbogen-Obstspieße
- 50 Fruchtgummi
- 51 Knusprige Waffeln
- 52 Schinken-Käse-Hörnchen
- 53 Ofenschlupfer (Apfel-Auflauf)
- 54 Milchbrötchen

Bobos allerliebste Brotdosen

- 56 Müsliriegel
- 57 Energiebällchen
- 58 Süße Siebenschläfer
- 60 Minipfannkuchen-Spieße
- 61 Knusprige Käsestangen
- 62 Rosinen-Hafer-Cookies für ganz kleine Siebenschläfer
- 63 Brot-Käse-Turm