

# Was nehmt Ihr mit zum Essen?

**Beitrag von „silja“ vom 10. Mai 2006 22:44**

Ich habe vormittags auch immer großen Hunger und nehme mit:

1 Brezel, 1 Apfel, 1 Banane, 1 Joghurt, geschnittenes Gemüse wie Karotten, Paprika, Gurke und 1 Flasche Wasser.

Wenn Konferenzen anstehen noch zusätzlich 1 Folienkartoffel (für die Mikrowelle) und Quark.

LG silja