

WEEKLY

meal plan

01

MONDAY

- [Pecan Crusted Salmon](#)
- [Twice Baked Potatoes](#)

TUESDAY

- [Chicken Penne Pasta](#)

WEDNESDAY

- [Sheet Pan Steak Fajitas](#)
- [Cilantro Lime Rice](#)

THURSDAY

- [French Onion Soup](#)
- [Sourdough Flatbread](#)

FRIDAY

- [BBQ Chicken Flatbread](#)
- [Cucumber Onion Salad](#)

SATURDAY

- [Easy Philly](#)
[Cheesesteak Casserole](#)

SUNDAY

- [Lemon Rosemary Chicken](#)
- [Creamed Spinach](#)

BREAKFAST & LUNCH

- [Strawberry Overnight](#)
[Oats](#)
- [Smoked Salmon](#)
[Breakfast Bowl](#)
- [Chicken Burrito Bowl](#)
- [Orange Chicken Salad](#)

DESSERT & SNACKS

- [No Churn Coconut Ice](#)
[Cream](#)
- [Spicy Tomato Toasted](#)
[Almonds](#)

FIND MORE RECIPES AT [LIVINGCHIRPY.COM](https://www.livingchirpy.com)