

PaperHealthTracker							V1.2						Woche 1:					
							CC BY-NC-SA 4.0 Deed						Woche 2:					
	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6	Woche 3:				
Bambussprossen							Apfel							Woche 4:				
Basilikum							Banane							Woche 5:				
Blumenkohl							Birne							Woche 6:				
Bohnen, grün/gelb							Brombeere								Wage	Z.-Seide	Sport	Bingo
Bohnen, rot							Erdbeere							1				
Bohnen, schwarz							Heidelbeere							2				
Bohnen, weiß							Himbeere							3				
Brokkoli							Johannisbeere							4				
Erbse							Kiwi							5				
Essiggurke							Mandarine/Nektarine							6				
Feldsalat							Mango							1	Schlaf	Wach	Differenz	Laune
Frühlingszwiebeln							Orange							Montag				
							Pflaume							Dienstag				
Grünkohl							Pomelo							Mittwoch				
Gurke							Weintrauben/Rosinen							Donnerstag				
Ingwer							Zitrone/Limette							Freitag				
Jackfrucht														Samstag				
Kaiser-/Zuckerschoten														Sonntag				
Karotte														Schnitt				
Kartoffel							Amaranth							2	Schlaf	Wach	Differenz	Laune
Kichererbsen							Bulgur							Montag				
Knoblauch							Cashews							Dienstag				
Kohlrabi							Chia(samen)							Mittwoch				
Kresse							Couscous							Donnerstag				
Kürbis							Dinkel							Freitag				
Kurkuma							Erdnüsse							Samstag				
Lauch/Porree							Gerste							Sonntag				
Linsen, grün							Grünkern							Schnitt				
Linsen, rot							Hafer(flocken)							3	Schlaf	Wach	Differenz	Laune
Mais							Hanfsamen							Montag				
Maniok							Haselnuss							Dienstag				
Oliven							Hirse							Mittwoch				
Paprika							Kürbiskerne							Donnerstag				
Pastinaken							Leinsamen							Freitag				
Petersilie							Mandeln							Samstag				
Pilze							Mohn							Sonntag				
Radieschen							Reis							Schnitt				
Romanesco							Roggen							4	Schlaf	Wach	Differenz	Laune
Rosenkohl							Sesam							Montag				
Rote Beete							Soja							Dienstag				
Rotkohl							Sonnenblumenkerne							Mittwoch				
Rucola							Walnuss							Donnerstag				
Salat (Blatt-/Kopf-)							Weizen							Freitag				
Schwarzwurzel														Samstag				
Sellerie														Sonntag				
Senf														Schnitt				
Spinat							Hanföl							5	Schlaf	Wach	Differenz	Laune
Süßkartoffel							Leinöl							Montag				
Tomate							Rapsöl							Dienstag				
Weinblätter														Mittwoch				
Weißkohl														Donnerstag				
Wirsing														Freitag				
Zucchini														Samstag				
Zwiebel														Sonntag				
														Schnitt				
							Buttermilch							6	Schlaf	Wach	Differenz	Laune
							Eier							Montag				
							Fermentiertes Gemüse							Dienstag				
							Kefir							Mittwoch				
							Kimchi							Donnerstag				
							Kombucha							Freitag				
							Naturjoghurt							Samstag				
														Sonntag				
														Schnitt				
https://github.com/diplomendstadium/paperhealthtracker																		