

Menüplan Sola Wölfe Do-Sa von Balu1

Einkaufsliste

Backzutaten

Baumnüsse	875 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies für 35 TN	875 g
Halbweissmehl	656 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies für 35 TN	656 g
Kakaopulver	20 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies (vegan) für 2 TN	20 g
Kochschokolade	1.83 kg
Fr 21.07.23 18:00 Brownies für 35 TN	1.75 kg
Fr 21.07.23 18:00 Brownies (vegan) für 2 TN	80 g
Schokosplitter	40 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies (vegan) für 2 TN	40 g
Vanillezucker (8g)	105 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Brownies für 35 TN	105 Stück
Zucker	2.6 kg
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	900 g
Fr 21.07.23 12:00 Fotzelschnitten für 35 TN	700 g
Fr 21.07.23 12:00 Fotzelschnitte Vegan für 2 TN	40 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies für 35 TN	875 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies (vegan) für 2 TN	80 g

Fertigprodukte

Fajita Mexican Mix	3.5 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	3.5 Stück
Farmerstengel	35 Stück
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	35 Stück
Guetzi	1.76 kg
Do 20.07.23 12:00 Zvieri für 35 TN	1.75 kg
Fr 21.07.23 18:00 Brownies für 35 TN	7.0 g
Hafermilch	2 dl
Fr 21.07.23 12:00 Fotzelschnitte Vegan für 2 TN	1.2 dl
Fr 21.07.23 18:00 Brownies (vegan) für 2 TN	8 cl
Hummus	3.5 kg
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	3.5 kg
Mayonnaise	350 g
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	350 g

Früchte

Birnen	300 g
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	300 g
Melonen	0.9 Stück
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	0.9 Stück
Nektarinen	600 g
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	600 g
Rosinen	90 g
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	90 g
Äpfel	9.35 kg
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	600 g
Do 20.07.23 12:00 Zvieri für 35 TN	5.25 kg
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	3.5 kg

Gemüse

Avocado	* 473 g
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	1.75 Stück
Gurken	* 4.2 kg
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	7.0 Stück
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	1.05 kg
Lauch	1.4 kg
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	1.4 kg
Pepperoni	24.5 Stück
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	10.5 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	14 Stück
Rüebli	4.76 kg
Do 20.07.23 12:00 Zvieri für 35 TN	3.5 kg
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	1.26 kg
Salat	5.25 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	3.5 Stück
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	1.75 Stück
Tomaten	* 2.1 kg
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	21 Stück
Zucchetti	17.5 Stück
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	10.5 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	7.0 Stück
Zwiebel	700 g
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	700 g

Getreideprodukte

Blevita / Darvida	1.75 kg
Do 20.07.23 12:00 Zvieri für 35 TN	1.75 kg
Cornflakes	5 kg
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	1.5 kg
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	1.75 kg
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	1.75 kg
Haferflocken	1.35 kg
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	1.35 kg
Tortillas	70 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	70 Stück

Getränke/Flüssiges

Apfelsaft	25 Liter
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	7.5 Liter
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	8.75 Liter
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	8.75 Liter
Orangensaft	20 Liter
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	6.0 Liter
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	7.0 Liter
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	7.0 Liter
Schoggipulver (OVO)	1.0 kg
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	300 g
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	350 g
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	350 g

Gewürze

Rapsöl	4 cl
Fr 21.07.23 18:00 Brownies (vegan) für 2 TN	4 cl
Rote Currypaste	525 g
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	525 g
Salz	8.75 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies für 35 TN	8.75 g
Senf	175 g
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	175 g
Zimt	37 g
Fr 21.07.23 12:00 Fotzelschnitten für 35 TN	35 g
Fr 21.07.23 12:00 Fotzelschnitte Vegan für 2 TN	2.0 g
Zitronensaft	3 cl
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	3.0 cl
Zwiebeln	* 1.26 kg
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	14 Stück
Öl	* 5.25 dl
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	17.5 EL
Fr 21.07.23 12:00 Fotzelschnitten für 35 TN	3.5 dl

Grundnahrungsmittel

Eier	75.5 Stück
Do 20.07.23 07:00 Rührei für 30 TN	30 Stück
Fr 21.07.23 12:00 Fetzelschnitten für 35 TN	28 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Brownies für 35 TN	17.5 Stück
Margarine	10 g
Fr 21.07.23 12:00 Fetzelschnitte Vegan für 2 TN	10 g
Mehl	80 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies (vegan) für 2 TN	80 g
Tofu	1.05 kg
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	1.05 kg

Grundnahrungsmittel/Backwaren

Brot	22.8 kg
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	3.6 kg
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	4.2 kg
Fr 21.07.23 12:00 Fetzelschnitten für 35 TN	5.25 kg
Fr 21.07.23 12:00 Fetzelschnitte Vegan für 2 TN	300 g
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	4.2 kg
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	5.25 kg

Grundnahrungsmittel/Reis

Basmatireis	2.45 kg
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	2.45 kg

Hülsenfrüchte

Soja Granulat (wie Hack)	5.25 kg
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	5.25 kg

Konserven

Apfelmus	9.29 kg
Fr 21.07.23 12:00 Fotzelschnitten für 35 TN	8.75 kg
Fr 21.07.23 12:00 Fotzelschnitte Vegan für 2 TN	500 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies (vegan) für 2 TN	40 g
Honig	300 g
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	90 g
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	105 g
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	105 g
Kokosmilch	5.25 Liter
Do 20.07.23 18:00 Thaicurry (Tofu) für 35 TN	5.25 Liter
Konfitüre	1.5 kg
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	450 g
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	525 g
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	525 g
Mais	3.5 kg
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	3.5 kg
Nutella	1.0 kg
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	300 g
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	350 g
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	350 g
gehackte Tomaten	3.5 kg
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	3.5 kg
rote Bohnen	875 g
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	875 g

Milchprodukte

Bratbutter	180 g
Do 20.07.23 07:00 Rührei für 30 TN	180 g
Butter	1.79 kg
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	300 g
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	350 g
Fr 21.07.23 18:00 Brownies für 35 TN	438 g
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	350 g
Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN	350 g
Crème fraiche	0.7 g
Fr 21.07.23 18:00 Vegi Fajitas für 35 TN	0.7 g
Milch	25.4 Liter
Do 20.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	6.0 Liter
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	3.3 Liter
Fr 21.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	7.0 Liter
Fr 21.07.23 12:00 Fotzelschnitten für 35 TN	2.1 Liter
Sa 22.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	7.0 Liter
Nature Joghurt	450 g
Do 20.07.23 07:00 Birchermüesli für 30 TN	450 g

Milchprodukte/Käse

Bergkäse

Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN

1.05 kg

1.05 kg

Frischkäse

Sa 22.07.23 12:00 Lunch Sandwich für 35 TN

350 g

350 g

** angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g*

Gewürze

Salz

Do 20.07.23 07:00 Rührei für 30 TN

Pfeffer

Do 20.07.23 07:00 Rührei für 30 TN

Achtung: Unter Umständen wurden die Gewürze noch nicht in allen Rezepten erfasst!