

# Menüplan Sola Wölfe Mo-Mi von Balu1

## Einkaufsliste

### Backzutaten

<b>Backpulver</b>	<b>70 g</b>
Di 18.07.23 07:00 Pancakes für 35 TN	70 g
<b>Kochschokolade</b>	<b>175 g</b>
So 16.07.23 18:00 Caramel, Schoggi & salziges Popcorn für 35 TN	175 g
<b>Weissmehl</b>	<b>1.4 kg</b>
Di 18.07.23 07:00 Pancakes für 35 TN	1.4 kg
<b>Zucker</b>	<b>3.61 kg</b>
So 16.07.23 18:00 Caramel, Schoggi & salziges Popcorn für 35 TN	2.8 kg
Mo 17.07.23 07:00 Wölflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	700 g
Di 18.07.23 07:00 Pancakes für 35 TN	105 g

### Fertigprodukte

<b>Chips nature / paprika</b>	<b>3.5 kg</b>
Sa 15.07.23 12:00 Speziells für 35 TN	3.5 kg
<b>Farmerstengel</b>	<b>35 Stück</b>
Mi 19.07.23 12:00 LunchVegi für 35 TN	35 Stück
<b>Guetli</b>	<b>5.25 kg</b>
Sa 15.07.23 12:00 Zvieri für 35 TN	1.75 kg
Sa 15.07.23 12:00 Speziells für 35 TN	3.5 kg
<b>Hafermilch</b>	<b>4.75 Liter</b>
So 16.07.23 07:00 WölflizmorgeVegan für 15 TN	3.0 Liter
Mo 17.07.23 07:00 Wölflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	1.75 Liter
<b>Kaffee</b>	<b>3.5 kg</b>
Sa 15.07.23 12:00 Speziells für 35 TN	3.5 kg
<b>Pizzateig</b>	<b>7 kg</b>
Di 18.07.23 18:00 Pizza für 35 TN	7.0 kg
<b>Salatsauce</b>	<b>7 Liter</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	7.0 Liter
<b>Schokolade</b>	<b>105 g</b>
Sa 15.07.23 12:00 Speziells für 35 TN	105 g

### Früchte

<b>Äpfel</b>	<b>8.75 kg</b>
Sa 15.07.23 12:00 Zvieri für 35 TN	5.25 kg
Mi 19.07.23 12:00 LunchVegi für 35 TN	3.5 kg

## Gemüse

---

<b>Cherry-Tomaten</b>	<b>1.4 kg</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	1.4 kg
<b>Frische Champignons</b>	<b>700 g</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	700 g
<b>Gurken</b>	<b>3.5 kg</b>
Mi 19.07.23 12:00 LunchVegi für 35 TN	3.5 kg
<b>Kopfsalat</b>	<b>* 2.35 kg</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	7.0 Stück
<b>Lauch</b>	<b>875 g</b>
Mo 17.07.23 12:00 Gruppechoche: Instant Noodle Soup 2 für 35 TN	875 g
<b>Pepperoni</b>	<b>17.5 Stück</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	3.5 Stück
Di 18.07.23 18:00 Pizza für 35 TN	14 Stück
<b>Pilze</b>	<b>3.33 kg</b>
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	1.58 kg
Di 18.07.23 18:00 Pizza für 35 TN	1.75 kg
<b>Rüebli</b>	<b>* 13.8 kg</b>
Sa 15.07.23 12:00 Zvieri für 35 TN	3.5 kg
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	175 g
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	3.5 kg
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	10.5 Stück
Mo 17.07.23 12:00 Gruppechoche: Instant Noodle Soup 2 für 35 TN	28 Stück
Mi 19.07.23 12:00 LunchVegi für 35 TN	3.5 kg
<b>Zwiebel</b>	<b>1.225 kg</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	175 g
Di 18.07.23 12:00 Bratensauce für 35 TN	1.05 kg

## Getreideprodukte

---

<b>Blevita / Darvida</b>	<b>1.75 kg</b>
Sa 15.07.23 12:00 Zvieri für 35 TN	1.75 kg
<b>Cornflakes</b>	<b>4 kg</b>
So 16.07.23 07:00 WölflizmorgeVegan für 15 TN	750 g
Di 18.07.23 07:00 Wölflizmorge für 30 TN	1.5 kg
Mi 19.07.23 07:00 Wölflizmorge für 35 TN	1.75 kg
<b>Haferflocken</b>	<b>875 g</b>
Mo 17.07.23 07:00 Wölflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	875 g
<b>Knuspermüesli</b>	<b>1.75 kg</b>
So 16.07.23 07:00 Sonntagzmorge für 35 TN	1.75 kg
<b>Popcornmais</b>	<b>2.1 kg</b>
So 16.07.23 18:00 Caramel, Schoggi & salziges Popcorn für 35 TN	2.1 kg

## Getränke/Flüssiges

---

### **Apfelsaft**

So 16.07.23 07:00 WölflizmorgeVegan für 15 TN	<b>20 Liter</b> 3.75 Liter
Di 18.07.23 07:00 Wölflizmorge für 30 TN	7.5 Liter
Mi 19.07.23 07:00 Wölflizmorge für 35 TN	8.75 Liter

### **Mate-Tee**

Sa 15.07.23 12:00 Speziells für 35 TN	<b>3.5 Liter</b> 3.5 Liter
---------------------------------------	-------------------------------

### **Orangensaft**

So 16.07.23 07:00 WölflizmorgeVegan für 15 TN	<b>37 Liter</b> 3.0 Liter
So 16.07.23 07:00 Sonntagszmenge für 35 TN	8.75 Liter
So 16.07.23 07:00 Sonntagszmenge für 35 TN	7.0 Liter
Mo 17.07.23 07:00 Wölflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	5.25 Liter
Di 18.07.23 07:00 Wölflizmorge für 30 TN	6.0 Liter
Mi 19.07.23 07:00 Wölflizmorge für 35 TN	7.0 Liter

### **Rotwein**

Di 18.07.23 12:00 Bratensauce für 35 TN	<b>2.1 Liter</b> 2.1 Liter
---	-------------------------------

### **Schoggipulver (OVO)**

So 16.07.23 07:00 WölflizmorgeVegan für 15 TN	<b>1.5 kg</b> 150 g
So 16.07.23 07:00 Sonntagszmenge für 35 TN	350 g
Mo 17.07.23 07:00 Wölflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	350 g
Di 18.07.23 07:00 Wölflizmorge für 30 TN	300 g
Mi 19.07.23 07:00 Wölflizmorge für 35 TN	350 g

### **Sirup Himbeer**

Sa 15.07.23 12:00 Speziells für 35 TN	<b>3.5 Liter</b> 3.5 Liter
---------------------------------------	-------------------------------

### **Teebeutel**

Sa 15.07.23 12:00 Speziells für 35 TN	<b>35 Teebeutel</b> 35 Teebeutel
---------------------------------------	-------------------------------------

### **Wasser**

So 16.07.23 18:00 Caramel, Schoggi & salziges Popcorn für 35 TN	<b>9.87 Liter</b> 1.12 Liter
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	5.25 Liter
Di 18.07.23 12:00 Kartoffelstock für 35 TN	3.5 Liter

### **Weisswein**

So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	<b>5.25 dl</b> 5.25 dl
--	---------------------------

## Gewürze

---

<b>Bouillon</b>	<b>280 g</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	175 g
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	105 g
<b>Bouillon (flüssig)</b>	<b>8.05 Liter</b>
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	5.25 Liter
Di 18.07.23 12:00 Bratensauce für 35 TN	2.8 Liter
<b>Essig</b>	<b>3.5 dl</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	3.5 dl
<b>Hefeflocken</b>	<b>525 g</b>
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	525 g
<b>Knoblauchzehen</b>	<b>28 Stück</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	14 Stück
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	3.5 Stück
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	10.5 Stück
<b>Olivenöl</b>	<b>1.23 Liter</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	5.25 dl
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	7.0 dl
<b>Paprika</b>	<b>105 g</b>
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	105 g
<b>Pfeffer</b>	<b>52.5 g</b>
Di 18.07.23 12:00 Bratensauce für 35 TN	52.5 g
<b>Safran</b>	<b>70 g</b>
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	70 g
<b>Salz</b>	<b>* 396 g</b>
So 16.07.23 18:00 Caramel, Schoggi & salziges Popcorn für 35 TN	350 g
Di 18.07.23 07:00 Pancakes für 35 TN	17.5 g
Di 18.07.23 12:00 Bratensauce für 35 TN	10.5 Prise
Di 18.07.23 12:00 Kartoffelstock für 35 TN	28 g
<b>Zwiebeln</b>	<b>* 3.05 kg</b>
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	525 g
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	10.5 Stück
Mi 19.07.23 18:00 Aelplermagronen für 35 TN	17.5 Stück
<b>Öl</b>	<b>* 4.9 dl</b>
So 16.07.23 18:00 Caramel, Schoggi & salziges Popcorn für 35 TN	14 EL
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	3.5 dl

## Gewürze/Kräuter

---

<b>Basilikum</b>	<b>350 g</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	350 g
<b>Peterli</b>	<b>* 175 g</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	1.75 Bund
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	1.75 Bund

## Grundnahrungsmittel

---

<b>Eier</b>	<b>14 Stück</b>
Di 18.07.23 07:00 Pancakes für 35 TN	14 Stück
<b>Kartoffeln</b>	<b>6.125 kg</b>
Di 18.07.23 12:00 Kartoffelstock für 35 TN	3.5 kg
Mi 19.07.23 18:00 Aelplermagronen für 35 TN	2.63 kg
<b>Margarine</b>	<b>107 kg</b>
So 16.07.23 07:00 WöflizmorgeVegan für 15 TN	150 g
So 16.07.23 07:00 Sunntigsmorge für 35 TN	525 g
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	875 g
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	105 g
Mo 17.07.23 07:00 Wöflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	350 g
Mo 17.07.23 07:00 Wöflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	105 kg
Mo 17.07.23 07:00 Wöflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	105 g
Di 18.07.23 12:00 Bratensauce für 35 TN	140 g
Di 18.07.23 12:00 Kartoffelstock für 35 TN	175 g
<b>Mehl</b>	<b>* 1.19 kg</b>
Sa 15.07.23 12:00 Speziells für 35 TN	1.05 kg
Di 18.07.23 12:00 Bratensauce für 35 TN	7.0 EL

## Grundnahrungsmittel/Backwaren

---

<b>Baguette</b>	<b>35 Stück</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	17.5 Paare
<b>Brot</b>	<b>25 kg</b>
So 16.07.23 07:00 WöflizmorgeVegan für 15 TN	1.8 kg
So 16.07.23 07:00 Sunntigsmorge für 35 TN	1.75 kg
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	1.75 kg
Mo 17.07.23 07:00 Wöflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	3.5 kg
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	2.8 kg
Di 18.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	3.6 kg
Mi 19.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	4.2 kg
Mi 19.07.23 12:00 LunchVegi für 35 TN	5.6 kg
<b>Zopf</b>	<b>3.5 kg</b>
So 16.07.23 07:00 Sunntigsmorge für 35 TN	3.5 kg

## Grundnahrungsmittel/Reis

---

<b>Risottoreis</b>	<b>2.8 kg</b>
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	2.8 kg

## Grundnahrungsmittel/Teigwaren

---

<b>Hörnli</b>	<b>1.75 kg</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	1.75 kg
<b>Nudeln</b>	<b>3.5 kg</b>
Mo 17.07.23 12:00 Gruppechoche: Instant Noodle Soup 2 für 35 TN	3.5 kg
<b>Spaghetti</b>	<b>5.25 kg</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	5.25 kg
<b>Älplermagronen</b>	<b>2.8 kg</b>
Mi 19.07.23 18:00 Aelplermagronen für 35 TN	2.8 kg

## Hülsenfrüchte

<b>Pinienkerne</b>	<b>105 g</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	105 g
<b>Soja Granulat (wie Hack)</b>	<b>875 g</b>
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	875 g

## Konserven

<b>Apfelmus</b>	<b>7.0 kg</b>
Mi 19.07.23 18:00 Aelplermagronen für 35 TN	7.0 kg
<b>Erbsli und Rüepli</b>	<b>5.25 kg</b>
Di 18.07.23 12:00 Erbsen und Rüepli für 35 TN	5.25 kg
<b>Honig</b>	<b>545 g</b>
So 16.07.23 07:00 Sonntagsmorge für 35 TN	175 g
Mo 17.07.23 07:00 Wöflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	175 g
Di 18.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	90 g
Mi 19.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	105 g
<b>Konfitüre</b>	<b>2.08 kg</b>
So 16.07.23 07:00 WöflizmorgeVegan für 15 TN	225 g
So 16.07.23 07:00 Sonntagsmorge für 35 TN	350 g
Mo 17.07.23 07:00 Wöflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	525 g
Di 18.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	450 g
Mi 19.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	525 g
<b>Mais</b>	<b>2.45 kg</b>
So 16.07.23 12:00 Salatbuffet für 35 TN	1.75 kg
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	700 g
<b>Nutella</b>	<b>800 g</b>
So 16.07.23 07:00 WöflizmorgeVegan für 15 TN	150 g
Di 18.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	300 g
Mi 19.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	350 g
<b>Tomatenpuree</b>	<b>1.64 kg</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	280 g
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	210 g
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	175 g
Di 18.07.23 12:00 Bratensauce für 35 TN	280 g
Di 18.07.23 18:00 Pizza für 35 TN	700 g
<b>Tomatensauce Napoli</b>	<b>2.63 kg</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	2.63 kg
<b>gehackte Tomaten</b>	<b>5.07 kg</b>
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	1.58 kg
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	3.5 kg
<b>rote Bohnen</b>	<b>1.31 kg</b>
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	1.31 kg
<b>weisse Bohnen</b>	<b>1.31 kg</b>
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	1.31 kg

## Milchprodukte

---

<b>Butter</b>	<b>* 986 g</b>
So 16.07.23 18:00 Caramel, Schoggi & salziges Popcorn für 35 TN	14 EL
So 16.07.23 18:00 Caramel, Schoggi & salziges Popcorn für 35 TN	14 EL
Di 18.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	300 g
Mi 19.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	350 g
<b>Halbrahm</b>	<b>1.75 Liter</b>
Mi 19.07.23 18:00 Aelplermagronen für 35 TN	1.75 Liter
<b>Jogurt</b>	<b>3.5 kg</b>
Mo 17.07.23 07:00 Wöflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	1.75 kg
Mo 17.07.23 18:00 Chilli sin Carne für 35 TN	1.75 kg
<b>Milch</b>	<b>25.3 Liter</b>
Mo 17.07.23 07:00 Wöflizmorge mit Sandsturm für 35 TN	5.25 Liter
Di 18.07.23 07:00 Wöflizmorge für 30 TN	6.0 Liter
Di 18.07.23 07:00 Pancakes für 35 TN	1.4 Liter
Di 18.07.23 12:00 Kartoffelstock für 35 TN	2.1 Liter
Mi 19.07.23 07:00 Wöflizmorge für 35 TN	7.0 Liter
Mi 19.07.23 18:00 Aelplermagronen für 35 TN	3.5 Liter
<b>Rahm</b>	<b>1.75 Liter</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	1.75 Liter

## Milchprodukte/Käse

---

<b>Frischkäse</b>	<b>1.75 kg</b>
Mi 19.07.23 12:00 LunchVegi für 35 TN	1.75 kg
<b>Greyerzer</b>	<b>875 g</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	875 g
<b>Käsescheiben</b>	<b>1.75 kg</b>
Mi 19.07.23 12:00 LunchVegi für 35 TN	1.75 kg
<b>Mozzarella</b>	<b>1.75 kg</b>
Di 18.07.23 18:00 Pizza für 35 TN	1.75 kg
<b>Parmesan</b>	<b>2.1 kg</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	525 g
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	175 g
So 16.07.23 18:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto, vegan für 35 TN	1.4 kg
<b>Reibkäse</b>	<b>1.4 kg</b>
Mi 19.07.23 18:00 Aelplermagronen für 35 TN	1.4 kg
<b>Sprinz</b>	<b>175 g</b>
Sa 15.07.23 18:00 Spaghettiplausch für 35 TN	175 g

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

## Gewürze

### Salz

---

So 16.07.23 18:00 Caramel, Schoggi & salziges Popcorn für 35 TN

Di 18.07.23 12:00 Kartoffelstock für 35 TN

### Pfeffer

---

Di 18.07.23 12:00 Kartoffelstock für 35 TN

### Muskatnuss

---

Di 18.07.23 12:00 Kartoffelstock für 35 TN

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