

# Pfila Wölfe 2023 von Melvin Johner

## Einkaufsliste

### Backzutaten

<b>Baumnüsse</b>	<b>250 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Baumnuss Pesto für 10 TN	250 g
<b>Hefe</b>	<b>40 g</b>
So 28.05.23 07:00 Butterzopf für 20 TN	40 g
<b>Mandeln (gerieben)</b>	<b>200 g</b>
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	200 g
<b>Puderzucker</b>	<b>* 240 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	24 EL
<b>Schokoladenpulver</b>	<b>400 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	400 g
<b>Sonnenblumenkerne</b>	<b>200 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Brennessel Pesto für 10 TN	200 g
<b>Vanillezucker (8g)</b>	<b>4.0 Stück</b>
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	4.0 Stück
<b>Zitronensaft</b>	<b>8.0 cl</b>
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	8.0 cl
<b>Zucker</b>	<b>2.81 kg</b>
Sa 27.05.23 12:00 Lagertee mit Zitrone, weniger Zucker für 40 TN	2.0 kg
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	400 g
So 28.05.23 07:00 Butterzopf für 20 TN	20 g
So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN	50 g
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	100 g
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	120 g
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	120 g

## Fertigprodukte

---

<b>Farmerstengel</b>	<b>75 Stück</b>
So 28.05.23 12:00 z'vieri für 40 TN	40 Stück
Mo 29.05.23 12:00 Abreiselunch für 35 TN	35 Stück
<b>Himbeeren (tiefgekühlt)</b>	<b>4 kg</b>
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	4.0 kg
<b>Kaffee</b>	<b>175 g</b>
So 28.05.23 07:00 Bialetti Kaffee für 35 TN	175 g
<b>Mayonnaise</b>	<b>700 g</b>
Mo 29.05.23 12:00 Abreiselunch für 35 TN	700 g
<b>Salatsauce</b>	<b>1.05 Liter</b>
Sa 27.05.23 18:00 *Grüner Salat für 35 TN	1.05 Liter
<b>Schoggistängeli</b>	<b>875 g</b>
Mo 29.05.23 12:00 Abreiselunch für 35 TN	875 g
<b>Schokolade</b>	<b>400 g</b>
So 28.05.23 12:00 z'vieri für 40 TN	400 g
<b>Tortillas (Fladenbrot)</b>	<b>2.8 kg</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	2.8 kg
<b>vegetarischer Aufschnitt</b>	<b>875 g</b>
Mo 29.05.23 12:00 Abreiselunch für 35 TN	875 g

## Früchte

---

<b>Saisonfrüchte</b>	<b>70 Stück</b>
Mo 29.05.23 07:00 Birchermüesli Zmorge für 35 TN	35 Stück
Mo 29.05.23 12:00 Abreiselunch für 35 TN	35 Stück
<b>Zitronen</b>	<b>21 Stück</b>
Sa 27.05.23 12:00 Lagertee mit Zitrone, weniger Zucker für 40 TN	12 Stück
Sa 27.05.23 18:00 Baumnuss Pesto für 10 TN	5.0 Stück
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	4.0 Stück
<b>Äpfel</b>	<b>5.75 kg</b>
So 28.05.23 12:00 z'vieri für 40 TN	4.0 kg
Mo 29.05.23 07:00 Birchermüesli Zmorge für 35 TN	1.75 kg

## Gemüse

---

<b>Avocado</b>	<b>* 2.84 kg</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	10.5 Stück
<b>Eisbergsalat</b>	<b>2.8 kg</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	2.8 kg
<b>Erbsen</b>	<b>1.75 kg</b>
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	1.75 kg
<b>Frühlingszwiebeln</b>	<b>525 g</b>
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	525 g
<b>Kabis</b>	<b>1.31 kg</b>
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	1.31 kg
<b>Pepperoni</b>	<b>14 Stück</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	14 Stück
<b>Rhabarber</b>	<b>1.6 kg</b>
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	1.6 kg
<b>Rüebli</b>	<b>* 6.45 kg</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	1.75 kg
So 28.05.23 12:00 Rüebli dip für 10 TN	500 g
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	17.5 Stück
Mo 29.05.23 12:00 Abreiselunch für 35 TN	35 Stück
<b>Salat</b>	<b>7.0 Stück</b>
Sa 27.05.23 18:00 *Grüner Salat für 35 TN	7.0 Stück
<b>Shitake Pilze</b>	<b>2.28 kg</b>
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	2.28 kg
<b>Sojasprossen</b>	<b>175 g</b>
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	175 g
<b>Zwiebel</b>	<b>100 g</b>
So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN	100 g

## Getreideprodukte

---

<b>Birchermüesli</b>	<b>1.75 kg</b>
Mo 29.05.23 07:00 Birchermüesli Zmorge für 35 TN	1.75 kg
<b>Knuspermüesli</b>	<b>2.45 kg</b>
So 28.05.23 07:00 Normales Frühstück für 35 TN	2.45 kg
<b>Leinsamen</b>	<b>100 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Baumnuss Pesto für 10 TN	100 g

## Getränke/Flüssiges

---

<b>Orangensaft</b>	<b>8 Liter</b>
So 28.05.23 07:00 Orangensaft zu Zmorge für 40 TN	8.0 Liter
<b>Schoggipulver (OVO)</b>	<b>263 g</b>
So 28.05.23 07:00 Normales Frühstück für 35 TN	263 g
<b>Tee</b>	<b>10 Liter</b>
So 28.05.23 12:00 z'vieri für 40 TN	10 Liter
<b>Teebeutel</b>	<b>160 Teebeutel</b>
Sa 27.05.23 12:00 Lagertee mit Zitrone, weniger Zucker für 40 TN	160 Teebeutel

## Gewürze

<b>Apfelessig</b>	<b>3.3 dl</b>
So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN	3.3 dl
<b>Chilischoten</b>	<b>175 g</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	175 g
<b>Ingwer</b>	<b>175 g</b>
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	175 g
<b>Knoblauchzehen</b>	<b>37.5 Stück</b>
Sa 27.05.23 18:00 Brennessel Pesto für 10 TN	7.0 Stück
Sa 27.05.23 18:00 Basilikumpesto für 10 TN	7.0 Stück
Sa 27.05.23 18:00 Pesto Rosso für 10 TN	4.0 Stück
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	10.5 Stück
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	3.5 Stück
So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN	* 1.5 g
So 28.05.23 12:00 Rüeblidip für 10 TN	5.0 Stück
<b>Olivenöl</b>	<b>1.3 Liter</b>
Sa 27.05.23 18:00 Brennessel Pesto für 10 TN	5.0 dl
Sa 27.05.23 18:00 Basilikumpesto für 10 TN	6.0 dl
Sa 27.05.23 18:00 Pesto Rosso für 10 TN	2.0 dl
<b>Paprika</b>	<b>35 g</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	35 g
<b>Petersilie, frische</b>	<b>* 725 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Baumnuss Pesto für 10 TN	5.0 Bund
So 28.05.23 12:00 Kräuterdip für 10 TN	7.0 Bund
Mo 29.05.23 07:00 Rührei für 25 TN	2.5 Bund
<b>Rapsöl</b>	<b>1.0 dl</b>
Sa 27.05.23 18:00 Baumnuss Pesto für 10 TN	1.0 dl
<b>Salz</b>	<b>* 47.5 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Brennessel Pesto für 10 TN	1.5 TL
So 28.05.23 07:00 Butterzopf für 20 TN	3.0 TL
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	17.5 g
So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN	1.5 TL
<b>Sojasauce</b>	<b>3.5 dl</b>
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	3.5 dl
<b>Tabasco</b>	<b>7 cl</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	7 cl
<b>Zitronensaft</b>	<b>1.4 dl</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	1.4 dl
<b>Zwiebeln</b>	<b>700 g</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	700 g
<b>Öl</b>	<b>* 3.15 dl</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	1.4 dl
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	17.5 EL

## Gewürze/Kräuter

<b>Basilikum</b>	<b>400 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Basilikumpesto für 10 TN	350 g
Sa 27.05.23 18:00 Pesto Rosso für 10 TN	50 g
<b>Kräutermischung</b>	<b>500 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Brennessel Pesto für 10 TN	500 g
<b>Peterli</b>	<b>150 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Basilikumpesto für 10 TN	150 g

## Grundnahrungsmittel

<b>Eier</b>	<b>48.5 Stück</b>
So 28.05.23 07:00 Butterzopf für 20 TN	2.0 Stück
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	17.5 Stück
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	4.0 Stück
Mo 29.05.23 07:00 Rührei für 25 TN	25 Stück
<b>Eigelb</b>	<b>8.0 Stück</b>
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	8.0 Stück
<b>Eiweiss</b>	<b>12 Stück</b>
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	12 Stück
<b>Mehl</b>	<b>2.88 kg</b>
So 28.05.23 07:00 Butterzopf für 20 TN	2.0 kg
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	880 g
<b>Wasser</b>	<b>32.3 Liter</b>
Sa 27.05.23 12:00 Lagertee mit Zitrone, weniger Zucker für 40 TN	32 Liter
Sa 27.05.23 18:00 Baumnuss Pesto für 10 TN	2.5 dl

## Grundnahrungsmittel/Backwaren

<b>Brot</b>	<b>20.1 kg</b>
So 28.05.23 07:00 Normales Frühstück für 35 TN	5.25 kg
So 28.05.23 12:00 z'vieri für 40 TN	3.2 kg
Mo 29.05.23 07:00 Brot (gekauft) für 20 TN	4.0 kg
Mo 29.05.23 12:00 Abreiselunch für 35 TN	7.7 kg
<b>Löffelbiscuits (100g)</b>	<b>124 Stück</b>
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	4.0 Stück
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	120 Stück

## Grundnahrungsmittel/Reis

<b>Basmatireis</b>	<b>1.75 kg</b>
So 28.05.23 18:00 Fried Rice für 35 TN	1.75 kg

## Grundnahrungsmittel/Teigwaren

<b>Spaghetti</b>	<b>4.2 kg</b>
Sa 27.05.23 18:00 NUR Pasta für Pesto für 35 TN	4.2 kg

## Hülsenfrüchte

---

<b>Pinienkerne</b>	<b>450 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Basilikumpesto für 10 TN	350 g
Sa 27.05.23 18:00 Pesto Rosso für 10 TN	100 g
<b>Soja Granulat (wie Hack)</b>	<b>2.63 kg</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	2.63 kg

## Konserven

---

<b>Konfitüre</b>	<b>700 g</b>
So 28.05.23 07:00 Normales Frühstück für 35 TN	700 g
<b>Mais</b>	<b>1.75 kg</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	1.75 kg
<b>Tomaten (getrocknet)</b>	<b>300 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Pesto Rosso für 10 TN	300 g
<b>geschälte Tomaten</b>	<b>1.5 kg</b>
So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN	1.5 kg
<b>rote Bohnen</b>	<b>1.75 kg</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	1.75 kg

## Milchprodukte

---

<b>Bratbutter</b>	<b>50 g</b>
Mo 29.05.23 07:00 Rührei für 25 TN	50 g
<b>Butter</b>	<b>1.13 kg</b>
So 28.05.23 07:00 Butterzopf für 20 TN	200 g
So 28.05.23 07:00 Normales Frühstück für 35 TN	525 g
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	400 g
<b>Crème fraiche</b>	<b>1.0 kg</b>
So 28.05.23 12:00 Kräuterdip für 10 TN	1.0 kg
<b>Früchtejoghurt</b>	<b>3.5 kg</b>
Mo 29.05.23 07:00 Birchermüesli Zmorge für 35 TN	3.5 kg
<b>Mascarpone</b>	<b>2 kg</b>
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	2 kg
<b>Milch</b>	<b>15.3 Liter</b>
So 28.05.23 07:00 Butterzopf für 20 TN	1.2 Liter
So 28.05.23 07:00 Normales Frühstück für 35 TN	10.5 Liter
Mo 29.05.23 07:00 Rührei für 25 TN	1.25 dl
Mo 29.05.23 07:00 Birchermüesli Zmorge für 35 TN	3.5 Liter
<b>Quark</b>	<b>1.2 kg</b>
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	1.2 kg
<b>Rahm</b>	<b>1.6 Liter</b>
Sa 27.05.23 18:00 Erdbeeren/Himbeeren Tiramisu Nedo für 40 TN	1.0 Liter
So 28.05.23 18:00 Meringuierter Rhabarberkuchen für 40 TN	6.0 dl
<b>Sauerrahm</b>	<b>2.2 Liter</b>
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	1.4 Liter
So 28.05.23 12:00 Rüeblidip für 10 TN	8.0 dl

## Milchprodukte/Käse

---

<b>Bergkäse</b>	<b>1.05 kg</b>
Sa 28.05.23 07:00 Normales Frühstück für 35 TN	1.05 kg
<b>Feta (griechischer Schafskäse)</b>	<b>250 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Brennessel Pesto für 10 TN	250 g
<b>Parmesan</b>	<b>100 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Pesto Rosso für 10 TN	100 g
<b>Reibkäse</b>	<b>2.25 kg</b>
Sa 27.05.23 18:00 Basilikumpesto für 10 TN	500 g
So 28.05.23 12:00 Fajitas Vegi für 35 TN	1.75 kg
<b>Sprinz</b>	<b>100 g</b>
Sa 27.05.23 18:00 Baumnuss Pesto für 10 TN	100 g

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

## Gewürze

---

### Pfeffer

Sa 27.05.23 18:00 Brennessel Pesto für 10 TN  
Sa 27.05.23 18:00 Basilikumpesto für 10 TN  
Sa 27.05.23 18:00 Baumnuss Pesto für 10 TN  
So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN  
So 28.05.23 12:00 Kräuterdip für 10 TN  
So 28.05.23 12:00 Rüebldip für 10 TN  
Mo 29.05.23 07:00 Rührei für 25 TN

### Salz

Sa 27.05.23 18:00 Brennessel Pesto für 10 TN  
Sa 27.05.23 18:00 Basilikumpesto für 10 TN  
Sa 27.05.23 18:00 Baumnuss Pesto für 10 TN  
So 28.05.23 12:00 Kräuterdip für 10 TN  
So 28.05.23 12:00 Rüebldip für 10 TN  
Mo 29.05.23 07:00 Rührei für 25 TN

### Paprika

So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN

### Zimt

So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN

### Cayenne Pfeffer

So 28.05.23 12:00 Ketchup für 10 TN

### Dill

So 28.05.23 12:00 Kräuterdip für 10 TN

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