

SDA 2023 von marta ostertag

Einkaufsliste

Backzutaten

Baumnüsse	870 g
Mo 14.08.23 07:00 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	150 g
Di 15.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	150 g
Mi 16.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	150 g
Do 17.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	150 g
Fr 18.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	150 g
Sa 19.08.23 09:00 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 12 TN	120 g
Zucker	72 g
Mo 14.08.23 12:30 Apfelwähe für 18 TN	72 g

Fertigprodukte

Kaffee	435 g
Mo 14.08.23 07:00 Frühstück PW für 15 TN	75 g
Di 15.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	75 g
Mi 16.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	75 g
Do 17.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	75 g
Fr 18.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	75 g
Sa 19.08.23 09:00 Frühstück PW für 12 TN	60 g
Kuchenteig	3.35 kg
Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN	2.232 kg
Mo 14.08.23 12:30 Apfelwähe für 18 TN	1.12 kg
Pizzateig	6 kg
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	3.0 kg
Mi 16.08.23 12:30 Grigliata für 18 TN	1.8 kg
Fr 18.08.23 20:00 Grigliata für 12 TN	1.2 kg

Fleisch

Extrawurst	0.00 g
Mi 16.08.23 12:30 Grigliata für 18 TN	0.00 g
Fr 18.08.23 20:00 Grigliata für 12 TN	0.00 g

Fleisch/Schwein

Cervelat	1.5 Paare
Mi 16.08.23 12:30 Grigliata für 18 TN	1.8 Stück
Fr 18.08.23 20:00 Grigliata für 12 TN	1.2 Stück
Salami	150 g
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	150 g
Schinken	150 g
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	150 g

Früchte

Beeren (gefroren)	87 g
Mo 14.08.23 07:00 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	15 g
Di 15.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	15 g
Mi 16.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	15 g
Do 17.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	15 g
Fr 18.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	15 g
Sa 19.08.23 09:00 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 12 TN	12 g
Nüsse gehackt	60 g
Mi 16.08.23 19:30 Pesto für 15 TN	60 g
Oliven	855 g
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	450 g
Di 15.08.23 12:30 Pastasalat für 18 TN	225 g
Mi 16.08.23 12:30 Griechischer Salat für 18 TN	180 g
Rosinen	270 g
Mo 14.08.23 12:30 Apfelwähe für 18 TN	270 g
Zitronen	0.9 Stück
Do 17.08.23 12:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	0.9 Stück
Äpfel	119 kg
Mo 14.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	12.4 kg
Mo 14.08.23 12:30 Apfelwähe für 18 TN	2.88 kg
Mo 14.08.23 15:30 Zvieri mit Früchten für 83 TN	12.4 kg
Di 15.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	12.4 kg
Di 15.08.23 15:30 Zvieri mit Früchten für 83 TN	12.4 kg
Mi 16.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	12.4 kg
Mi 16.08.23 15:30 Zvieri mit Früchten für 83 TN	12.4 kg
Do 17.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	12.4 kg
Do 17.08.23 12:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	4.5 kg
Do 17.08.23 15:30 Zvieri mit Früchten für 83 TN	12.4 kg
Fr 18.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	12.4 kg

Gemüse

Auberginen (g)	2.625 kg
Do 17.08.23 19:30 Parmigiana di melanzane für 15 TN	2.625 kg
Blumenkohl	1.8 kg
Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN	1.8 kg
Broccoli	1.8 kg
Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN	1.8 kg
Cherry-Tomaten	720 g
Di 15.08.23 12:30 Pastasalat für 18 TN	720 g
Gurken	1.35 kg
Di 15.08.23 12:30 Pastasalat für 18 TN	720 g
Mi 16.08.23 12:30 Griechischer Salat für 18 TN	630 g
Kopfsalat	* 4.84 kg
Mo 14.08.23 12:30 grüner Salat für 18 TN	1.8 Stück
Mo 14.08.23 19:30 grüner Salat für 15 TN	1.5 Stück
Di 15.08.23 19:30 grüner Salat für 15 TN	1.5 Stück
Mi 16.08.23 12:30 grüner Salat für 18 TN	1.8 Stück
Mi 16.08.23 19:30 grüner Salat für 15 TN	1.5 Stück
Do 17.08.23 12:30 grüner Salat für 18 TN	1.8 Stück
Do 17.08.23 19:30 grüner Salat für 15 TN	1.5 Stück
Fr 18.08.23 12:30 grüner Salat für 18 TN	1.8 Stück
Fr 18.08.23 20:00 grüner Salat für 12 TN	1.2 Stück
Lauch	900 g
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN	900 g
Pepperoni	3.6 Stück
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	3.6 Stück
Pepperoni (g)	1.23 kg
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	150 g
Di 15.08.23 12:30 Pastasalat für 18 TN	540 g
Mi 16.08.23 12:30 Griechischer Salat für 18 TN	540 g
Pilze	240 g
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	240 g
Ruccola	75 g
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	75 g
Rüebli	495 g
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	270 g
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	225 g
Spinat	900 g
Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN	900 g
Steinpilze	105 g
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	105 g
Tomaten	3.15 kg
Mo 14.08.23 19:30 Ofentomaten für 15 TN	2.25 kg
Mi 16.08.23 12:30 Griechischer Salat für 18 TN	900 g
Wirz	1.44 kg
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN	1.44 kg
Zucchini	2.25 Stück

Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	2.25 Stück
Zucchini (g)	600 g
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	375 g
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	225 g
Zwiebel	1.11 kg
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	405 g
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	300 g
Do 17.08.23 19:30 Parmigiana di melanzane für 15 TN	405 g

Getreideprodukte

Haferflocken	1.74 kg
Mo 14.08.23 07:00 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	300 g
Di 15.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	300 g
Mi 16.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	300 g
Do 17.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	300 g
Fr 18.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	300 g
Sa 19.08.23 09:00 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 12 TN	240 g
Maisgries fein	1.35 kg
Do 17.08.23 19:30 Tessiner Polenta für 15 TN	1.35 kg
Maiskolben	9.0 Stück
Mi 16.08.23 12:30 Grigliata für 18 TN	5.4 Stück
Fr 18.08.23 20:00 Grigliata für 12 TN	3.6 Stück

Getränke/Flüssiges

Schoggipulver (OVO)	261 g
Mo 14.08.23 07:00 Frühstück PW für 15 TN	45 g
Di 15.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	45 g
Mi 16.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	45 g
Do 17.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	45 g
Fr 18.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	45 g
Sa 19.08.23 09:00 Frühstück PW für 12 TN	36 g
Wasser	7.95 Liter
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	2.25 Liter
Do 17.08.23 19:30 Tessiner Polenta für 15 TN	5.7 Liter
Weisswein	9 dl
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	9.0 dl

Gewürze

Bouillion	45 g
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	45 g
Bouillion (flüssig)	1.88 Liter
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	1.8 Liter
Mi 16.08.23 19:30 Pesto für 15 TN	7.5 cl
Chilischoten	18 g
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	18 g
Essig	9 cl
Mi 16.08.23 12:30 Griechischer Salat für 18 TN	9 cl
Knoblauchzehen	* 36.7 Stück
Mo 14.08.23 19:30 Ofentomaten für 15 TN	13.5 g
Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN	7.5 Stück
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	9.0 Stück
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	3.0 Stück
Mi 16.08.23 19:30 Pesto für 15 TN	6.75 g
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	4.5 g
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN	27 g
Muskatnuss	1.8 g
Do 17.08.23 12:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	1.8 g
Olivenöl	9.165 dl
Mo 14.08.23 19:30 Ofentomaten für 15 TN	1.5 dl
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	1.44 dl
Mi 16.08.23 19:30 Pesto für 15 TN	4.5 dl
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	2.25 cl
Do 17.08.23 19:30 Parmigiana di melanzane für 15 TN	1.5 dl
Paprika	10.8 g
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	9.0 g
Do 17.08.23 12:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	1.8 g
Pfeffer	30 g
Mi 16.08.23 19:30 Pesto für 15 TN	7.5 g
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	7.5 g
Do 17.08.23 19:30 Parmigiana di melanzane für 15 TN	15 g
Salz	35.4 g
Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN	5.4 g
Mo 14.08.23 19:30 Ofentomaten für 15 TN	15 g
Do 17.08.23 19:30 Parmigiana di melanzane für 15 TN	15 g
Tomatenmark	7.5 g
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	7.5 g
Zimt	9.0 g
Mo 14.08.23 12:30 Apfelwähe für 18 TN	9.0 g
Zitronensaft	7.5 cl
Mi 16.08.23 19:30 Pesto für 15 TN	7.5 cl
Zwiebeln	* 2.54 kg
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	4.5 Stück
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	3.75 Stück

Do 17.08.23 12:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	1.8 kg
Öl	7.5 cl
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	7.5 cl
Gewürze/Kräuter	
Basilikum	375 g
Mi 16.08.23 19:30 Pesto für 15 TN	225 g
Do 17.08.23 19:30 Parmigiana di melanzane für 15 TN	150 g
Kräutermischung	7.5 g
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	7.5 g
Rosmarin	150 g
Mo 14.08.23 19:30 Ofentomaten für 15 TN	150 g
Salbeiblätter	36 g
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN	36 g
Grundnahrungsmittel	
Eier	12.6 Stück
Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN	7.2 Stück
Mo 14.08.23 12:30 Apfelwähe für 18 TN	5.4 Stück
Kartoffeln festkochend	3.33 kg
Do 17.08.23 12:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	2.25 kg
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN	1.08 kg
Kartoffeln mehligkochend	4.05 kg
Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN	4.05 kg
Tofu	1.8 kg
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	1.8 kg
Grundnahrungsmittel/Backwaren	
Brot	21.7 kg
Mo 14.08.23 07:00 Frühstück PW für 15 TN	1.125 kg
Mo 14.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	1.66 kg
Mo 14.08.23 15:30 Zvieri mit Früchten für 83 TN	1.66 kg
Mo 14.08.23 19:30 Ofentomaten für 15 TN	188 g
Di 15.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	1.125 kg
Di 15.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	1.66 kg
Di 15.08.23 15:30 Zvieri mit Früchten für 83 TN	1.66 kg
Mi 16.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	1.125 kg
Mi 16.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	1.66 kg
Mi 16.08.23 15:30 Zvieri mit Früchten für 83 TN	1.66 kg
Do 17.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	1.125 kg
Do 17.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	1.66 kg
Do 17.08.23 15:30 Zvieri mit Früchten für 83 TN	1.66 kg
Fr 18.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	1.125 kg
Fr 18.08.23 11:00 Zvieri mit Früchten für 83 TN	1.66 kg
Sa 19.08.23 09:00 Frühstück PW für 12 TN	900 g
Zopf	1.2 kg
Sa 19.08.23 09:00 Frühstück PW (Zusatz: Zopf, Honig) für 12 TN	1.2 kg

Grundnahrungsmittel/Reis

Risottoreis	1.95 kg
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	1.95 kg

Grundnahrungsmittel/Teigwaren

Hörnli	900 g
Di 15.08.23 12:30 Pastasalat für 18 TN	900 g
Nudeln	1.17 kg
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN	1.17 kg
Penne	1.5 kg
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	1.5 kg
Äplermagronen	1.8 kg
Do 17.08.23 12:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	1.8 kg

Hülsenfrüchte

rote Bohnen	540 g
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	540 g

Konserven

Honig	300 g
Sa 19.08.23 09:00 Frühstück PW (Zusatz: Zopf, Honig) für 12 TN	300 g
Konfitüre	1.74 kg
Mo 14.08.23 07:00 Frühstück PW für 15 TN	300 g
Di 15.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	300 g
Mi 16.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	300 g
Do 17.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	300 g
Fr 18.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	300 g
Sa 19.08.23 09:00 Frühstück PW für 12 TN	240 g
Mais	675 g
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	675 g
Tomatenpuree	180 g
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	180 g
Tomatensauce Napoli	5.63 kg
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	1.5 kg
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	1.5 kg
Do 17.08.23 19:30 Parmigiana di melanzane für 15 TN	2.625 kg
gehackte Tomaten	2.25 kg
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN	2.25 kg

Milchprodukte

Butter	1.02 kg
Mo 14.08.23 07:00 Frühstück PW für 15 TN	150 g
Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN	45 g
Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN	60 g
Di 15.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	150 g
Mi 16.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	150 g
Do 17.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	150 g
Fr 18.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	150 g
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN	45 g
Sa 19.08.23 09:00 Frühstück PW für 12 TN	120 g
Grillkäse (Halloumi)	600 g
Mi 16.08.23 12:30 Grigliata für 18 TN	360 g
Fr 18.08.23 20:00 Grigliata für 12 TN	240 g
Halbfettquark	450 g
Mo 14.08.23 12:30 Apfelwähe für 18 TN	450 g
Jogurt	5.74 kg
Mo 14.08.23 07:00 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	990 g
Di 15.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	990 g
Mi 16.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	990 g
Do 17.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	990 g
Fr 18.08.23 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 15 TN	990 g
Sa 19.08.23 09:00 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 12 TN	792 g
Milch	17.3 Liter
Mo 14.08.23 07:00 Frühstück PW für 15 TN	2.7 Liter
Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN	5.4 dl
Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN	7.5 dl
Di 15.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	2.7 Liter
Mi 16.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	2.7 Liter
Do 17.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	2.7 Liter
Do 17.08.23 12:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	3.6 dl
Fr 18.08.23 08:30 Frühstück PW für 15 TN	2.7 Liter
Sa 19.08.23 09:00 Frühstück PW für 12 TN	2.16 Liter
Rahm	2.85 Liter
Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN	5.4 dl
Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN	7.5 dl
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	7.5 dl
Do 17.08.23 12:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	5.4 dl
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN	2.7 dl

Milchprodukte/Käse

Appenzeller	239 g
Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN	239 g
Bergkäse	540 g
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN	540 g
Feta (griechischer Schafskäse)	360 g
Mi 16.08.23 12:30 Griechischer Salat für 18 TN	360 g
Greyerzer	1.17 kg
Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN	300 g
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	150 g
Do 17.08.23 12:30 Älplermagronen mit Apfelmus für 18 TN	720 g
Käsescheiben	150 g
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	150 g
Mozzarella	2.42 kg
So 13.08.23 19:30 Pizza für 15 TN	1.125 kg
Di 15.08.23 12:30 Pastasalat für 18 TN	360 g
Do 17.08.23 19:30 Parmigiana di melanzane für 15 TN	938 g
Parmesan	683 g
Mo 14.08.23 19:30 Ofentomaten für 15 TN	188 g
Di 15.08.23 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 15 TN	225 g
Do 17.08.23 19:30 Parmigiana di melanzane für 15 TN	270 g
Reibkäse	750 g
Mi 16.08.23 19:30 Penne mit Tomatensauce für 15 TN	750 g

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

Gewürze

Pfeffer

Mo 14.08.23 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 18 TN
Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN

Salz

Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN
Di 15.08.23 12:30 Chili sin carne für 18 TN
Fr 18.08.23 12:30 Pizzoccheri für 18 TN

Muskatnuss

Mo 14.08.23 19:30 Kartoffelgratin für 15 TN

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