

SDA 2024 von marta ostertag

Einkaufsliste

Backzutaten

Baumnüsse	650 g
Mo 12.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	130 g
Di 13.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	130 g
Mi 14.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	130 g
Do 15.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	130 g
Fr 16.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	130 g
Paniermehl	140 g
Mo 12.08.24 19:30 Ofentomaten für 14 TN	140 g
Sonnenblumenkerne	15 g
Fr 16.08.24 12:30 Teigwaren Caprese Salat für 15 TN	15 g
Zucker	60 g
Mo 12.08.24 12:30 Apfelwähe für 15 TN	60 g

Fertigprodukte

Kaffee	325 g
Mo 12.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	65 g
Di 13.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	65 g
Mi 14.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	65 g
Do 15.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	65 g
Fr 16.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	65 g
Kuchenteig	2.79 kg
Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN	1.86 kg
Mo 12.08.24 12:30 Apfelwähe für 15 TN	930 g
Mayonnaise	0.6 Tube(265g)
Mi 14.08.24 12:30 Kartoffelsalat für 15 TN	0.6 Tube(265g)
Pizzateig	6.5 kg
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	3.0 kg
Mi 14.08.24 12:30 Grigliata für 15 TN	1.5 kg
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	2.0 kg

Fleisch

Extrawurst	0.00 g
Mi 14.08.24 12:30 Grigliata für 15 TN	0.00 g
Hackfleisch	3 kg
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	3.0 kg

Fleisch/Schwein

Cervelat	1.5 Stück
Mi 14.08.24 12:30 Grigliata für 15 TN	1.5 Stück
Salami	250 g
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	150 g
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	100 g
Schinken	250 g
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	150 g
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	100 g

Früchte

Beeren (gefroren)	65 g
Mo 12.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	13 g
Di 13.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	13 g
Mi 14.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	13 g
Do 15.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	13 g
Fr 16.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	13 g
Oliven	1.2 kg
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	450 g
Di 13.08.24 12:30 Griechischer Salat für 15 TN	150 g
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	300 g
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	300 g
Rosinen	225 g
Mo 12.08.24 12:30 Apfelwähe für 15 TN	225 g
Zitronen	0.7 Stück
Di 13.08.24 19:30 Älplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	0.7 Stück
Äpfel	50.9 kg
Mo 12.08.24 12:30 Apfelwähe für 15 TN	2.4 kg
Mo 12.08.24 15:30 Zvieri mit Früchten für 75 TN	11.3 kg
Di 13.08.24 15:30 Zvieri mit Früchten für 75 TN	11.3 kg
Di 13.08.24 19:30 Älplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	3.5 kg
Mi 14.08.24 15:30 Zvieri mit Früchten für 75 TN	11.3 kg
Do 15.08.24 15:30 Zvieri mit Früchten für 75 TN	11.3 kg

Gemüse

Auberginen (g)	2.45 kg
Mi 14.08.24 19:30 Parmigiana di melanzane für 14 TN	2.45 kg
Blumenkohl	2.25 kg
Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN	2.25 kg
Broccoli	2.25 kg
Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN	2.25 kg
Cherry-Tomaten	150 g
Fr 16.08.24 12:30 Teigwaren Caprese Salat für 15 TN	150 g
Frühlingszwiebeln	405 g
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	405 g
Gurken	1.46 kg
Di 13.08.24 12:30 Griechischer Salat für 15 TN	525 g
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	938 g
Kopfsalat	* 3.39 kg
Mo 12.08.24 12:30 grüner Salat für 15 TN	1.5 Stück
Mo 12.08.24 19:30 grüner Salat für 14 TN	1.4 Stück
Di 13.08.24 19:30 grüner Salat für 14 TN	1.4 Stück
Mi 14.08.24 12:30 grüner Salat für 15 TN	1.5 Stück
Mi 14.08.24 19:30 grüner Salat für 14 TN	1.4 Stück
Do 15.08.24 19:30 grüner Salat für 14 TN	1.4 Stück
Fr 16.08.24 12:30 grüner Salat für 15 TN	1.5 Stück
Pepperoni (g)	3.625 kg
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	150 g
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	675 g
Di 13.08.24 12:30 Griechischer Salat für 15 TN	450 g
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	2.25 kg
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	100 g
Pilze	400 g
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	240 g
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	160 g
Ruccola	275 g
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	75 g
Do 15.08.24 12:30 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 15 TN	150 g
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	50 g
Salat	1.5 Stück
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	1.5 Stück
Spinat	750 g
Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN	750 g
Steinpilze	112 g
Do 15.08.24 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 14 TN	112 g
Tomaten	7.0 kg
Mo 12.08.24 19:30 Ofentomaten für 14 TN	2.8 kg
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	750 g
Di 13.08.24 12:30 Griechischer Salat für 15 TN	750 g
Do 15.08.24 12:30 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 15 TN	1.2 kg

Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	1.5 kg
Zucchetti (g)	625 g
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	375 g
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	250 g
Zwiebel	1.053 kg
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	405 g
Mi 14.08.24 19:30 Parmigiana di melanzane für 14 TN	378 g
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	270 g
Getreideprodukte	
Haferflocken	1.3 kg
Mo 12.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	260 g
Di 13.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	260 g
Mi 14.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	260 g
Do 15.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	260 g
Fr 16.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	260 g
Maisgries fein	1.26 kg
Mi 14.08.24 19:30 Tessiner Polenta für 14 TN	1.26 kg
Maiskolben	4.5 Stück
Mi 14.08.24 12:30 Grigliata für 15 TN	4.5 Stück
Getränke/Flüssiges	
Schoggipulver (OVO)	195 g
Mo 12.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	39 g
Di 13.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	39 g
Mi 14.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	39 g
Do 15.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	39 g
Fr 16.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	39 g
Wasser	7.42 Liter
Mi 14.08.24 19:30 Tessiner Polenta für 14 TN	5.32 Liter
Do 15.08.24 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 14 TN	2.1 Liter
Weisswein	7 dl
Do 15.08.24 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 14 TN	7 dl

Gewürze

Balsamico-Essig	3.3 dl
Do 15.08.24 12:30 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 15 TN	1.5 dl
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	1.8 dl
Bouillion	42 g
Do 15.08.24 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 14 TN	42 g
Bouillon (flüssig)	1.65 Liter
Mi 14.08.24 12:30 Kartoffelsalat für 15 TN	1.5 dl
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	1.5 Liter
Essig	1.5 dl
Di 13.08.24 12:30 Griechischer Salat für 15 TN	7.5 cl
Mi 14.08.24 12:30 Kartoffelsalat für 15 TN	7.5 cl
Knoblauchzehen	* 27.1 Stück
Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN	7.0 Stück
Mo 12.08.24 19:30 Ofentomaten für 14 TN	12.6 g
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	22.5 g
Do 15.08.24 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 14 TN	25.2 g
Minze (frisch)	225 g
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	225 g
Muskatnuss	2.8 g
Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN	1.4 g
Di 13.08.24 19:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	1.4 g
Olivenöl	6.38 dl
Mo 12.08.24 19:30 Ofentomaten für 14 TN	1.68 dl
Mi 14.08.24 19:30 Parmigiana di melanzane für 14 TN	1.4 dl
Do 15.08.24 12:30 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 15 TN	1.5 dl
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	1.8 dl
Paprika	16.4 g
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	15 g
Di 13.08.24 19:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	1.4 g
Petersilie, frische	180 g
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	180 g
Pfeffer	14 g
Mi 14.08.24 19:30 Parmigiana di melanzane für 14 TN	14 g
Salz	19.9 g
Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN	4.5 g
Mo 12.08.24 19:30 Ofentomaten für 14 TN	1.4 g
Mi 14.08.24 19:30 Parmigiana di melanzane für 14 TN	14 g
Senf	75 g
Mi 14.08.24 12:30 Kartoffelsalat für 15 TN	75 g
Zimt	7.5 g
Mo 12.08.24 12:30 Apfelwähe für 15 TN	7.5 g
Zitronensaft	1.8 dl
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	1.8 dl
Zwiebeln	* 1.85 kg
Di 13.08.24 19:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	1.4 kg
Mi 14.08.24 12:30 Kartoffelsalat für 15 TN	2.25 Stück

Do 15.08.24 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 14 TN	2.8 Stück
Öl	7 cl
Do 15.08.24 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 14 TN	7 cl
Gewürze/Kräuter	
Basilikum	223 g
Mi 14.08.24 19:30 Parmigiana di melanzane für 14 TN	140 g
Do 15.08.24 12:30 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 15 TN	60 g
Fr 16.08.24 12:30 Teigwaren Caprese Salat für 15 TN	22.5 g
Rosmarin	210 g
Mo 12.08.24 19:30 Ofentomaten für 14 TN	210 g
Schnittlauch	75 g
Mi 14.08.24 12:30 Kartoffelsalat für 15 TN	75 g
Grundnahrungsmittel	
Eier	16.3 Stück
Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN	6.0 Stück
Mo 12.08.24 12:30 Apfelwähe für 15 TN	4.5 Stück
Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN	2.8 Stück
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	3.0 Stück
Kartoffeln	2.55 kg
Mi 14.08.24 12:30 Kartoffelsalat für 15 TN	2.55 kg
Kartoffeln festkochend	1.75 kg
Di 13.08.24 19:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	1.75 kg
Kartoffeln mehligkochend	3.78 kg
Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN	3.78 kg
Grundnahrungsmittel/Backwaren	
Brot	11.1 kg
Mo 12.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	975 g
Mo 12.08.24 15:30 Zvieri mit Früchten für 75 TN	1.5 kg
Di 13.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	975 g
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	225 g
Di 13.08.24 15:30 Zvieri mit Früchten für 75 TN	1.5 kg
Mi 14.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	975 g
Mi 14.08.24 15:30 Zvieri mit Früchten für 75 TN	1.5 kg
Do 15.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	975 g
Do 15.08.24 15:30 Zvieri mit Früchten für 75 TN	1.5 kg
Fr 16.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	975 g
Brötchen	1.5 kg
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	1.5 kg
Grundnahrungsmittel/Reis	
Risottoreis	1.4 kg
Do 15.08.24 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 14 TN	1.4 kg

Grundnahrungsmittel/Teigwaren

Couscous	1.13 kg
Do 15.08.24 12:30 Couscous-Salat für 15 TN	1.125 kg
Penne	1.5 kg
Fr 16.08.24 12:30 Teigwaren Caprese Salat für 15 TN	1.5 kg
Äplermagronen	1.4 kg
Di 13.08.24 19:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	1.4 kg

Konserven

Essiggurken	113 g
Mi 14.08.24 12:30 Kartoffelsalat für 15 TN	113 g
Konfitüre	1.3 kg
Mo 12.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	260 g
Di 13.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	260 g
Mi 14.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	260 g
Do 15.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	260 g
Fr 16.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	260 g
Tomatensauce Napoli	4.95 kg
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	1.5 kg
Mi 14.08.24 19:30 Parmigiana di melanzane für 14 TN	2.45 kg
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	1.0 kg

Milchprodukte

Butter	748 g
Mo 12.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	130 g
Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN	42 g
Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN	56 g
Di 13.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	130 g
Mi 14.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	130 g
Do 15.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	130 g
Fr 16.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	130 g
Grillkäse (Halloumi)	300 g
Mi 14.08.24 12:30 Grigliata für 15 TN	300 g
Halbfettquark	375 g
Mo 12.08.24 12:30 Apfelwähe für 15 TN	375 g
Jogurt	4.29 kg
Mo 12.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	858 g
Di 13.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	858 g
Mi 14.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	858 g
Do 15.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	858 g
Fr 16.08.24 08:30 Früchtejoghurt mit Haferflocken für 13 TN	858 g
Milch	13.5 Liter
Mo 12.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	2.34 Liter
Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN	4.5 dl
Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN	7.0 dl
Di 13.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	2.34 Liter
Di 13.08.24 12:30 Hamburger für 15 TN	3.75 dl
Di 13.08.24 19:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	2.8 dl
Mi 14.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	2.34 Liter
Do 15.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	2.34 Liter
Fr 16.08.24 08:30 Frühstück PW für 13 TN	2.34 Liter
Nature Joghurt	150 g
Mi 14.08.24 12:30 Kartoffelsalat für 15 TN	150 g
Rahm	1.57 Liter
Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN	4.5 dl
Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN	7.0 dl
Di 13.08.24 19:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	4.2 dl

Milchprodukte/Käse

Appenzeller	345 g
Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN	345 g
Feta (griechischer Schafskäse)	300 g
Di 13.08.24 12:30 Griechischer Salat für 15 TN	300 g
Greyerzer	840 g
Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN	280 g
Di 13.08.24 19:30 Äplermagronen mit Apfelmus für 14 TN	560 g
Käsescheiben	250 g
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	150 g
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	100 g
Mozzarella	3.5 kg
So 11.08.24 19:30 Pizza für 15 TN	1.125 kg
Mi 14.08.24 19:30 Parmigiana di melanzane für 14 TN	875 g
Do 15.08.24 12:30 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 15 TN	600 g
Fr 16.08.24 12:30 Teigwaren Caprese Salat für 15 TN	150 g
Fr 16.08.24 20:00 Pizza für 10 TN	750 g
Parmesan	637 g
Mo 12.08.24 19:30 Ofentomaten für 14 TN	175 g
Mi 14.08.24 19:30 Parmigiana di melanzane für 14 TN	252 g
Do 15.08.24 19:30 Pilzrisotto (getrocknete Pilze) für 14 TN	210 g

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

Gewürze

Pfeffer

Mo 12.08.24 12:30 Blumenkohl-Broccoli- Spinat-Wähe für 15 TN

Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN

Salz

Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN

Muskatnuss

Mo 12.08.24 19:30 Kartoffelgratin für 14 TN

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