

SoLa 2023 GürbeLapsi von Livia Thut

Einkaufsliste

Backzutaten

Hefe	60 g
Fr 21.07.23 18:00 Naan Vegan für 10 TN	60 g
Weissmehl	700 g
Fr 21.07.23 18:00 Naan Vegan für 10 TN	700 g
Zucker	35 g
Fr 21.07.23 18:00 Naan Vegan für 10 TN	35 g

Fertigprodukte

Farmerstengel	26 Stück
Fr 21.07.23 12:00 Hajk für 26 TN	26 Stück
Hafermilch	3 dl
Fr 21.07.23 18:00 Naan Vegan für 10 TN	3.0 dl
Kaffee	4.4 kg
Di 18.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	1.3 kg
Do 20.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	1.3 kg
Fr 21.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	1.3 kg
Sa 22.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 10 TN	500 g
Ketchup	1.3 kg
Sa 22.07.23 12:00 Hot Dog für 26 TN	1.3 kg
Ketchup	689 g
Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN	689 g
Mayonnaise	13 Tube(265g)
Mo 17.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 Tube(265g)
Di 18.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 Tube(265g)
Mi 19.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 Tube(265g)
Do 20.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 Tube(265g)
Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN	5.2 Tube(265g)
Sa 22.07.23 12:00 Hot Dog für 26 TN	1.3 Tube(265g)
Sa 22.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 Tube(265g)
Schokolade	1.3 kg
Fr 21.07.23 12:00 Hajk für 26 TN	1.3 kg
vegetarischer Aufschnitt	520 g
Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN	520 g

Fleisch

Wienerli

Sa 22.07.23 12:00 Hot Dog für 26 TN

39 Stück

39 Stück

Früchte

Bananen (Stk)

Mi 19.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

So 23.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

10.4 Stück

5.2 Stück

5.2 Stück

Birnen

Mi 19.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

So 23.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

520 g

260 g

260 g

Limetten

Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN

Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN

390 g

260 g

130 g

Nektarinen

Mi 19.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

So 23.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

1.04 kg

520 g

520 g

Zitronen

Do 20.07.23 12:00 Taboulé für 26 TN

5.2 Stück

5.2 Stück

Äpfel

Mi 19.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

Fr 21.07.23 12:00 Hajk für 26 TN

Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN

So 23.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

6.24 kg

520 g

2.6 kg

2.6 kg

520 g

Gemüse

Auberginen	9.1 Stück
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	5.2 Stück
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN	3.9 Stück
Eisbergsalat	6.5 kg
Mo 17.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 kg
Di 18.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 kg
Mi 19.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 kg
Do 20.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 kg
Sa 22.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	1.3 kg
Essiggurken	780 g
Sa 22.07.23 12:00 Hot Dog für 26 TN	780 g
Frühlingszwiebeln	1.43 kg
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	650 g
So 23.07.23 12:00 Fried Rice für 26 TN	780 g
Gurken	* 3.51 kg
Do 20.07.23 12:00 Taboulé für 26 TN	7.8 Stück
Kopfsalat	* 2.62 kg
Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN	2.6 Stück
Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN	5.2 Stück
Lauch	2.47 kg
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	1.82 kg
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	650 g
Paprika	6.5 g
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	6.5 g
Pepperoni	15.6 Stück
Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN	7.8 Stück
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN	7.8 Stück
Rotkabis	520 g
Sa 22.07.23 12:00 Hot Dog für 26 TN	520 g
Rüebli	* 6.552 kg
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	2.08 kg
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	10.4 Stück
Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN	2.6 kg
So 23.07.23 12:00 Fried Rice für 26 TN	13 Stück
Tomaten	* 5.2 kg
Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN	780 g
Do 20.07.23 12:00 Taboulé für 26 TN	2.6 kg
Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN	10.4 Stück
Sa 22.07.23 12:00 Hot Dog für 26 TN	7.8 Stück
Zucchini	5.2 Stück
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	5.2 Stück
Zucchini (g)	1.04 kg
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN	1.04 kg
Zwiebel	2.6 kg
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	1.56 kg
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN	1.04 kg

Getreideprodukte

Haferflocken	2.34 kg
Mi 19.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN	1.17 kg
So 23.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN	1.17 kg
Knuspermüesli	2.64 kg
Di 18.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	780 g
Do 20.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	780 g
Fr 21.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	780 g
Sa 22.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 10 TN	300 g
Tortillas	52 Stück
Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN	52 Stück

Getränke/Flüssiges

Rotwein	5.2 Liter
Mo 17.07.23 18:00 Penne mit Tomatensauce für 26 TN	1.3 Liter
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	2.6 Liter
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN	1.3 Liter
Sojamilch	13.2 Liter
Di 18.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	3.9 Liter
Do 20.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	3.9 Liter
Fr 21.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	3.9 Liter
Sa 22.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 10 TN	1.5 Liter
Teebeutel	350 Teebeutel
Mo 17.07.23 07:00 AUES für 28 TN	280 Teebeutel
Di 18.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	20.8 Teebeutel
Do 20.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	20.8 Teebeutel
Fr 21.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	20.8 Teebeutel
Sa 22.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 10 TN	8.0 Teebeutel
Wasser	2.0 dl
Fr 21.07.23 18:00 Naan Vegan für 10 TN	2.0 dl
Weisswein	2.6 Liter
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	2.6 Liter

Gewürze

Balsamico-Essig	2.47 Liter
Mo 17.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Di 18.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	5.2 dl
Mi 19.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Do 20.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Sa 22.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Bouillion	546 g
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	260 g
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	26 g
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	260 g
Curry	1.0 g
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN	1.0 g
Ingwer	3.05 g
Mo 17.07.23 07:00 AUES für 28 TN	2.8 g
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN	0.25 g
Knoblauchzehen	87.6 Stück
Mo 17.07.23 18:00 Penne mit Tomatensauce für 26 TN	10.4 Stück
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	13 Stück
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	10.4 Stück
Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN	10.4 Stück
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	7.8 Stück
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	10.4 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Naan Vegan für 10 TN	2.0 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN	5.0 Stück
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN	10.4 Stück
So 23.07.23 12:00 Fried Rice für 26 TN	7.8 Stück
Kreuzkümmel	* 63.4 g
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	15.6 TL
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN	1.0 g
Kurkuma	1.0 g
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN	1.0 g
Lorbeerblatt	13 Stück
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	13 Stück
Minze (frisch)	260 g
Do 20.07.23 12:00 Taboulé für 26 TN	260 g
Olivenöl	2.24 Liter
Mo 17.07.23 18:00 Penne mit Tomatensauce für 26 TN	2.6 cl
Mo 17.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Di 18.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Mi 19.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Do 20.07.23 12:00 Taboulé für 26 TN	2.6 dl
Do 20.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Sa 22.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	3.9 dl
Petersilie, frische	260 g

Do 20.07.23 12:00 Taboulé für 26 TN	260 g
Pfeffer	156 g
Mo 17.07.23 18:00 Penne mit Tomatensauce für 26 TN	26 g
Mo 17.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Di 18.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Mi 19.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Do 20.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Sa 22.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Safran	6.5 g
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	6.5 g
Salz	* 166 g
Mo 17.07.23 18:00 Penne mit Tomatensauce für 26 TN	26 g
Mo 17.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Di 18.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Mi 19.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Do 20.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Fr 21.07.23 18:00 Naan Vegan für 10 TN	2.0 TL
Sa 22.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Sambal Oelek	1.3 dl
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	1.3 dl
Senf	260 g
Sa 22.07.23 12:00 Hot Dog für 26 TN	260 g
Senf	1.21 kg
Mo 17.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	52 g
Di 18.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	52 g
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	260 g
Mi 19.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	52 g
Do 20.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	52 g
Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN	689 g
Sa 22.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	52 g
Sesamöl	2.08 dl
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	7.8 cl
So 23.07.23 12:00 Fried Rice für 26 TN	1.3 dl
Sojasauce	1.69 Liter
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	2.6 dl
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	1.3 dl
So 23.07.23 12:00 Fried Rice für 26 TN	1.3 Liter
Tomatenmark	520 g
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	520 g
Zimt	6.5 g
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	6.5 g
Zitronensaft	2.6 cl
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	2.6 cl
Zwiebeln	* 5.22 kg
Mo 17.07.23 18:00 Penne mit Tomatensauce für 26 TN	5.2 Stück
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	7.8 Stück
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	7.8 Stück

Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN	7.8 Stück
Do 20.07.23 12:00 Taboulé für 26 TN	10.4 Stück
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	7.8 Stück
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN	2.5 Stück
Sa 22.07.23 12:00 Hot Dog für 26 TN	780 g
Öl	7.8 cl
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	7.8 cl

Gewürze/Kräuter

Koriander	156 g
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	104 g
Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN	52 g
Thymian	2.6 g
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	2.6 g
ital. Kräutermischung	156 g
Mo 17.07.23 18:00 Penne mit Tomatensauce für 26 TN	26 g
Mo 17.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Di 18.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Mi 19.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Do 20.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g
Sa 22.07.23 18:00 Eisbergsalat à la filetti&bailletti für 26 TN	26 g

Grundnahrungsmittel

Margarine	704 g
Di 18.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	208 g
Do 20.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	208 g
Fr 21.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	208 g
Sa 22.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 10 TN	80 g
Tofu	2.6 kg
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	2.6 kg

Grundnahrungsmittel/Backwaren

Brot	16.1 kg
Di 18.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	2.08 kg
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	3.9 kg
Do 20.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	2.08 kg
Fr 21.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	2.08 kg
Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN	5.2 kg
Sa 22.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 10 TN	800 g
Hot Dog Brötchen	39 Stück
Sa 22.07.23 12:00 Hot Dog für 26 TN	39 Stück

Grundnahrungsmittel/Reis

Jasminreis	4.68 kg
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	2.6 kg
So 23.07.23 12:00 Fried Rice für 26 TN	2.08 kg
Risottoreis	2.08 kg
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	2.08 kg

Grundnahrungsmittel/Teigwaren

Couscous	7.8 kg
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	2.6 kg
Do 20.07.23 12:00 Taboulé für 26 TN	2.6 kg
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN	2.6 kg
Penne	2.6 kg
Mo 17.07.23 18:00 Penne mit Tomatensauce für 26 TN	2.6 kg
Hülsenfrüchte	
Erdnüsse (gesalzen)	260 g
Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN	260 g
Soja Granulat (wie Hack)	4.55 kg
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	1.95 kg
Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN	2.6 kg
rote Bohnen	1.04 kg
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	1.04 kg
rote Linsen	800 g
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN	800 g
Konserven	
Kichererbsen	676 g
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	676 g
Kokosmilch	8.0 dl
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN	8 dl
Konfitüre	440 g
Di 18.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	130 g
Do 20.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	130 g
Fr 21.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	130 g
Sa 22.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 10 TN	50 g
Mais	2.02 kg
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	715 g
Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN	1.3 kg
Nutella	1.76 kg
Di 18.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	520 g
Do 20.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	520 g
Fr 21.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN	520 g
Sa 22.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 10 TN	200 g
Tomatenpuree	780 g
Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN	780 g
gehackte Tomaten	9.54 kg
Mo 17.07.23 18:00 Penne mit Tomatensauce für 26 TN	1.56 kg
Di 18.07.23 12:00 Tajine für 26 TN	2.6 kg
Di 18.07.23 18:00 chili sin carne für 26 TN	2.6 kg
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN	700 g
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN	2.08 kg

Milchprodukte

Butter

*** 48 g**

Fr 21.07.23 18:00 Naan Vegan für 10 TN

4.0 EL

Crème fraîche

1.3 kg

Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN

1.3 kg

Milch

11.4 Liter

Di 18.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN

2.6 Liter

Mi 19.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

1.3 Liter

Do 20.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN

2.6 Liter

Fr 21.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 26 TN

2.6 Liter

Sa 22.07.23 07:00 Zmorge FiBrA für 10 TN

1.0 Liter

So 23.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

1.3 Liter

Nature Joghurt

5.35 kg

Mi 19.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

2.6 kg

Fr 21.07.23 18:00 Naan Vegan für 10 TN

150 g

So 23.07.23 07:00 Birchermüeslii für 26 TN

2.6 kg

Rahm

1.56 Liter

Mi 19.07.23 18:00 Risotto mit Gemüse, Tofu und Bratensauce (vegan) für 26 TN

1.56 Liter

Milchprodukte/Käse

Käsescheiben

780 g

Fr 21.07.23 12:00 Lunch Hajik für 26 TN

780 g

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

Gewürze

Salz

Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN
So 23.07.23 12:00 Fried Rice für 26 TN

Pfeffer

Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN

Kreuzkümel

Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN

Chillipulver

Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN
So 23.07.23 12:00 Fried Rice für 26 TN

Paprika

Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN
Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN

Cayenne Pfeffer

Mi 19.07.23 12:00 Fajitas für 26 TN
Sa 22.07.23 18:00 Couscous und Ratatouille für 26 TN

Sesam

Do 20.07.23 18:00 Nasi Goreng für 26 TN
So 23.07.23 12:00 Fried Rice für 26 TN

Kurkuma

Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN

Koriander

Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN

Curry mild

Fr 21.07.23 18:00 Dal für 10 TN

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