



# Standartfrühstück & Zmorge, gesund und einfach

von [simon.eggenschwiler@gmail.com](mailto:simon.eggenschwiler@gmail.com)

Mengen für 13 Personen

ohne Eier

1.3 kg Brot	
2.6 Liter Milch	Auf Wunsch auch Milch wärmen
3.9 Liter Tee	warmer und kühler, ungesüsster Früchtetee
260 g Haferflocken	
260 g Cornflakes	
130 g Butter	
130 g Konfitüre	
65 g Honig	
650 g Jogurt	
130 g Käsescheiben	Es müssen nicht Scheiben sein, es können auch Käsestücke geschnitten werden.
104 g Schoggipulver (OVO)	Welches Schoggipulver ist egal

keine