

SoLa 2021 von Annika Scheuber

Einkaufsliste

Backzutaten

Paniermehl	30 g
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Joghurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	30 g

Fertigprodukte

Brunos Best Salatsauce	5.0 dl
Fr 06.08.21 12:00 Rüeblisalat für 10 TN	5.0 dl
Farmerstengel	36 Stück
Di 03.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	12 Stück
Mi 04.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	12 Stück
Sa 07.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	12 Stück
Ketchup	225 g
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	225 g
Salatsauce	3.2 Liter
So 01.08.21 12:00 Grillkartoffeln mit Salat für 30 TN	3.0 Liter
Fr 06.08.21 12:00 Hörnlisalat für 10 TN	2.0 dl
Schokolade	1.8 kg
Di 03.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	600 g
Mi 04.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	600 g
Sa 07.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	600 g
türkisches Fladenbrot	45 Stück
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Joghurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	45 Stück

Fleisch

Hackfleisch	1.8 kg
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	1.8 kg

Fleisch/Geflügel

Pouletgeschnetzeltes	4.5 kg
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	2.4 kg
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	2.1 kg

Fleisch/Schwein

Cervelat

So 01.08.21 12:00 Cervelat für 22 TN
Di 03.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Mi 04.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Sa 07.08.21 12:00 Lunch für 30 TN

24.5 Paare

22 Stück
4.5 Paare
4.5 Paare
4.5 Paare

Landjäger

Di 03.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Mi 04.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Sa 07.08.21 12:00 Lunch für 30 TN

18 Paare

6.0 Paare
6.0 Paare
6.0 Paare

Salami

Di 03.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Mi 04.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Sa 07.08.21 12:00 Lunch für 30 TN

450 g

150 g
150 g
150 g

Schinken

Di 03.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Mi 04.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Sa 07.08.21 12:00 Lunch für 30 TN

450 g

150 g
150 g
150 g

Schinkentranchen

Fr 06.08.21 12:00 Hörnlisalat für 10 TN

250 g

250 g

Früchte

Zitronen

Mo 02.08.21 12:00 Taboulé für 30 TN

3.0 Stück

3.0 Stück

Äpfel

Mo 02.08.21 12:00 Taboulé für 30 TN
Di 03.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Mi 04.08.21 12:00 Lunch für 30 TN
Sa 07.08.21 12:00 Lunch für 30 TN

9.375 kg

375 g
3.0 kg
3.0 kg
3.0 kg

Gemüse

Auberginen (g)	900 g
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	900 g
Broccoli	1.8 kg
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN	1.5 kg
Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN	300 g
Chinakohl	600 g
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	600 g
Eisbergsalat	600 g
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	600 g
Erbsen	1.5 kg
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN	1.5 kg
Gurken	1.23 kg
Mo 02.08.21 12:00 Taboulé für 30 TN	900 g
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	150 g
Fr 06.08.21 12:00 Gurkensalat für 10 TN	180 g
Lauch	1.2 kg
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN	900 g
Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN	300 g
Pepperoni	18 Stück
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	6.0 Stück
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	12 Stück
Pepperoni (g)	600 g
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	600 g
Pilze	1.05 kg
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	600 g
Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN	450 g
Rüebli	* 6.23 kg
So 01.08.21 12:00 Grillkartoffeln mit Salat für 30 TN	3.0 kg
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN	1.5 kg
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	450 g
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	6.0 Stück
Fr 06.08.21 12:00 Rüeblisalat für 10 TN	800 g
Salat	19.5 Stück
So 01.08.21 12:00 Grillkartoffeln mit Salat für 30 TN	9.0 Stück
So 01.08.21 12:00 Grillkartoffeln mit Salat für 30 TN	9.0 Stück
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	1.5 Stück
Sojasprossen	150 g
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	150 g
Tomaten	* 2.4 kg
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	150 g
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	12 Stück
Fr 06.08.21 12:00 Tomatensalat mit Mozzarella für 10 TN	450 g
Fr 06.08.21 12:00 Hörnlisalat für 10 TN	6.0 Stück
Zucchini (g)	1.2 kg
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	1.2 kg
Zwiebel	750 g

So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN 750 g

Getreideprodukte

Fajita's **90 Stück**

Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN 90 Stück

Maisgries fein **1.88 kg**

Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN 1.88 kg

Getränke/Flüssiges

Wasser **5.55 Liter**

Mo 02.08.21 12:00 Taboulé für 30 TN 1.05 Liter

Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN 1.5 Liter

Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN 1.5 Liter

Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN 1.5 Liter

Weisswein **4.5 dl**

Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN 1.5 dl

Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN 1.5 dl

Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN 1.5 dl

Gewürze

Balsamico-Essig	1.0 dl
Fr 06.08.21 12:00 Tomatensalat mit Mozzarella für 10 TN	1.0 dl
Bouillion	180 g
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	90 g
Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN	30 g
Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN	30 g
Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN	30 g
Bouillon (flüssig)	1.0 Liter
Sa 31.07.21 18:00 Tomatensauce mit Pelati für 20 TN	1.0 Liter
Frittieröl	3.0 Liter
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	3.0 Liter
Knoblauchzehen	76 Stück
Sa 31.07.21 18:00 Tomatensauce mit Pelati für 20 TN	10 Stück
Sa 31.07.21 18:00 Pesto zu Spaghetti für 10 TN	3.0 Stück
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	15 Stück
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	9.0 Stück
Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN	* 3 g
Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN	* 3 g
Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN	* 3 g
Fr 06.08.21 12:00 Knoblauchbrot für 30 TN	36 Stück
Lorbeerblatt	13 Stück
Sa 31.07.21 18:00 Tomatensauce mit Pelati für 20 TN	10 Stück
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	3.0 Stück
Minze (frisch)	330 g
Mo 02.08.21 12:00 Taboulé für 30 TN	300 g
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	30 g
Olivenöl	8.3 dl
Sa 31.07.21 18:00 Tomatensauce mit Pelati für 20 TN	1.5 dl
Sa 31.07.21 18:00 Pesto zu Spaghetti für 10 TN	5 dl
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN	1.8 dl
Petersilie, frische	* 240 g
Mo 02.08.21 12:00 Taboulé für 30 TN	3.0 Bund
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	60 g
Fr 06.08.21 12:00 Knoblauchbrot für 30 TN	30 g
Pfeffer	80 g
Sa 31.07.21 18:00 5P Sauce zu Spaghetti für 10 TN	5.0 g
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	30 g
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	30 g
Fr 06.08.21 12:00 Knoblauchbrot für 30 TN	15 g
Salz	* 171 g
Sa 31.07.21 18:00 Tomatensauce mit Pelati für 20 TN	6.0 Prise
Sa 31.07.21 18:00 Pesto zu Spaghetti für 10 TN	6.0 g

Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	30 g
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	30 g
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	60 g
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	30 g
Fr 06.08.21 12:00 Knoblauchbrot für 30 TN	15 g
Sambal Oelek	0.00 Liter
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	0.00 dl
Senf	236 g
So 01.08.21 12:00 Cervelat für 22 TN	11 g
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	225 g
Sojasauce	6 dl
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	6.0 dl
Tomatenmark	90 g
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	90 g
Zitronensaft	3.0 dl
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	3.0 dl
Zwiebeln	* 3.27 kg
Sa 31.07.21 18:00 Tomatensauce mit Pelati für 20 TN	6.0 Stück
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	9.0 Stück
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	450 g
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	150 g
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	600 g
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	3.0 Stück
Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN	150 g
Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN	150 g
Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN	150 g
Öl	6.6 dl
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	6 cl
Di 03.08.21 18:00 Bratkartoffeln für 15 TN	3.0 dl
Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN	1.0 dl
Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN	1.0 dl
Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN	1.0 dl
Gewürze/Kräuter	
Basilikum	200 g
Sa 31.07.21 18:00 Pesto zu Spaghetti für 10 TN	200 g
Peterli	95 g
Sa 31.07.21 18:00 5P Sauce zu Spaghetti für 10 TN	20 g
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	75 g
Schnittlauch	40 g
Fr 06.08.21 12:00 Knoblauchbrot für 30 TN	30 g
Fr 06.08.21 12:00 Hörnlisalat für 10 TN	10 g
ital. Kräutermischung	50 g
Sa 31.07.21 18:00 Tomatensauce mit Pelati für 20 TN	50 g

Grundnahrungsmittel

Bulgur	375 g
Mo 02.08.21 12:00 Taboulé für 30 TN	375 g
Eier	9.5 Stück
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	4.5 Stück
Fr 06.08.21 12:00 Hörnlisalat für 10 TN	5.0 Stück
Eigelb	7.5 Stück
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	7.5 Stück
Kartoffeln	3.75 kg
Di 03.08.21 18:00 Bratkartoffeln für 15 TN	3.75 kg
Kartoffeln festkochend	5.25 kg
So 01.08.21 12:00 Grillkartoffeln mit Salat für 30 TN	5.25 kg
Mehl	30 g
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	30 g
Tofu	1.35 kg
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	1.35 kg
Wasser	6.75 Liter
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	6.75 Liter

Grundnahrungsmittel/Backwaren

Baguette	7.5 Stück
Fr 06.08.21 12:00 Knoblauchbrot für 30 TN	7.5 Stück
Brot	9.0 kg
Di 03.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	3.0 kg
Mi 04.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	3.0 kg
Sa 07.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	3.0 kg
Hamburger-Brötli	30 Stück
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	30 Stück

Grundnahrungsmittel/Reis

Risottoreis	1.8 kg
Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN	600 g
Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN	600 g
Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN	600 g

Grundnahrungsmittel/Teigwaren

Hörnli	500 g
Fr 06.08.21 12:00 Hörnlisalat für 10 TN	500 g
Knöpfli	3.6 kg
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN	3.6 kg
Nudeln	3 kg
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	3 kg
Penne	3 kg
Sa 31.07.21 18:00 Penne by Dingo für 30 TN	3.0 kg

Hülsenfrüchte

Erdnüsse (gesalzen)	300 g
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	300 g
Pinienkerne	100 g
Sa 31.07.21 18:00 Pesto zu Spaghetti für 10 TN	100 g

Konserven

Essiggurken	350 g
Di 03.08.21 18:00 Hamburger für 15 TN	150 g
Fr 06.08.21 12:00 Hörnlisalat für 10 TN	200 g
Honig	30 g
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	30 g
Kichererbsen	1.8 kg
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	1.8 kg
Mais	750 g
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	750 g
Tomatenpuree	1.3 kg
Sa 31.07.21 18:00 5P Sauce zu Spaghetti für 10 TN	1.0 kg
Sa 31.07.21 18:00 Tomatensauce mit Pelati für 20 TN	240 g
Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN	60 g
gehackte Tomaten	3.75 kg
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	3.0 kg
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	300 g
Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN	450 g
geschälte Tomaten	4 kg
Sa 31.07.21 18:00 Tomatensauce mit Pelati für 20 TN	4.0 kg
rote Bohnen	750 g
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	750 g

Milchprodukte

Bratbutter	150 g
Mi 04.08.21 18:00 Bami Goreng für 30 TN	150 g
Butter	750 g
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	60 g
Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN	30 g
Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN	30 g
Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN	30 g
Fr 06.08.21 12:00 Knoblauchbrot für 30 TN	600 g
Crème fraiche	750 g
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	750 g
Halbrahm	1.5 Liter
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN	1.5 Liter
Jogurt	1.5 kg
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN	1.5 kg
Magerquark	1.88 kg
So 01.08.21 12:00 Grillkartoffeln mit Salat für 30 TN	1.88 kg
Milch	4.25 Liter
Sa 31.07.21 18:00 5P Sauce zu Spaghetti für 10 TN	5.0 dl
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN	7.5 dl
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	3.0 Liter
Rahm	1.3 Liter
Sa 31.07.21 18:00 5P Sauce zu Spaghetti für 10 TN	1.3 Liter

Milchprodukte/Käse

Bergkäse	250 g
Fr 06.08.21 12:00 Hörnlisalat für 10 TN	250 g
Gerber Käslì	27 Stück
Di 03.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	9.0 Stück
Mi 04.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	9.0 Stück
Sa 07.08.21 12:00 Lunch für 30 TN	9.0 Stück
Käsescheiben	300 g
So 01.08.21 12:00 Grillkäse für 3 TN	300 g
Mozzarella	250 g
Fr 06.08.21 12:00 Tomatensalat mit Mozzarella für 10 TN	250 g
Parmesan	1.45 kg
Sa 31.07.21 18:00 5P Sauce zu Spaghetti für 10 TN	400 g
Sa 31.07.21 18:00 Pesto zu Spaghetti für 10 TN	150 g
Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN	450 g
Do 05.08.21 18:00 Gemüserisotto für 10 TN	150 g
Do 05.08.21 18:00 Tomatenrisotto für 10 TN	150 g
Do 05.08.21 18:00 Pilzrisotto für 10 TN	150 g
Reibkäse	2.1 kg
Sa 31.07.21 18:00 Penne by Dingo für 30 TN	450 g
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN	900 g
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN	750 g

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

Gewürze

Salz

Sa 31.07.21 18:00 Penne by Dingo für 30 TN
So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN

Muskatnuss

So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN

Pfeffer

So 01.08.21 18:00 Knopftopf Rinau für 30 TN
Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN

Kreuzkümel

Mo 02.08.21 12:00 Falafel mit Jogurtsauce und Fladenbrot (Vegetarisch) by Dingo für 30 TN

Rosmarin

Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN

Paprika

Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN
Do 05.08.21 12:00 Fajita für 30 TN

Chillipulver

Mo 02.08.21 18:00 Polenta mit Ratatouille für 30 TN

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

Ausrüstung

Alufolie

So 01.08.21 12:00 Grillkartoffeln mit Salat für 30 TN

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