

# SoLa 2024 von Melanie Frei

## Einkaufsliste

Backzutaten

---

<b>Backpulver</b>	<b>75 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Falafel_Rinau für 15 TN	75 g
<b>Baumnüsse</b>	<b>150 g</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	150 g
<b>Weissmehl</b>	<b>150 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Falafel_Rinau für 15 TN	150 g
<b>Zucker</b>	<b>300 g</b>
Mi 31.07.24 12:00 Fotzelschnitte für 15 TN	300 g

## Fertigprodukte

---

<b>Burger-Patty</b>	<b>30 Stück</b>
Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	30 Stück
<b>Farmerstengel</b>	<b>15 Stück</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	15 Stück
<b>Hummus</b>	<b>450 g</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	450 g
<b>Ketchup</b>	<b>300 g</b>
Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	300 g
<b>Mayonnaise</b>	<b>1.5 Tube(265g)</b>
Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	1.5 Tube(265g)
<b>Mayonnaise</b>	<b>24 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN	24 g
<b>Pesto</b>	<b>300 g</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	300 g
<b>Röstzwiebeln</b>	<b>150 g</b>
Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	150 g
<b>Schokolade</b>	<b>750 g</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	750 g
<b>Schokoladenpulver</b>	<b>3.6 kg</b>
Sa 27.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	450 g
So 28.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	450 g
Mo 29.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	450 g
Di 30.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	450 g
Mi 31.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	450 g
Do 01.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	450 g
Fr 02.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	450 g
Sa 03.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	450 g
<hr/>	
<b>Früchte</b>	
<b>Oliven</b>	<b>400 g</b>
So 28.07.24 18:00 Griechischer Salat für 10 TN	50 g
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	350 g
<b>Zitronen</b>	<b>2.0 Stück</b>
Do 01.08.24 18:00 Käsesauce für Pastaplausch für 10 TN	2.0 Stück
<b>Äpfel</b>	<b>1.5 kg</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	1.5 kg

## Gemüse

---

<b>Broccoli</b>	<b>750 g</b>
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	750 g
<b>Eichblattsalat</b>	<b>1.2 kg</b>
So 28.07.24 18:00 Eichblattsalat für 15 TN	1.2 kg
<b>Eisbergsalat</b>	<b>1.5 kg</b>
Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	1.5 kg
<b>Erbsen</b>	<b>750 g</b>
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	750 g
<b>Essiggurken</b>	<b>117 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN	42 g
Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	75 g
<b>Frische Champignons</b>	<b>600 g</b>
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	600 g
<b>Frühlingszwiebeln</b>	<b>140 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	140 g
<b>Gurken</b>	<b>* 2.65 kg</b>
So 28.07.24 18:00 Griechischer Salat für 10 TN	1.0 Stück
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	1.4 Stück
Di 30.07.24 12:00 Gurkensalat für 7 TN	3.5 Stück
<b>Kopfsalat</b>	<b>600 g</b>
Di 30.07.24 12:00 grüner Salat für 6 TN	600 g
<b>Lauch</b>	<b>713 g</b>
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	450 g
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	263 g
<b>Pepperoni</b>	<b>5.9 Stück</b>
So 28.07.24 18:00 Griechischer Salat für 10 TN	2.0 Stück
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	2.1 Stück
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN	1.8 Stück
<b>Pilze</b>	<b>675 g</b>
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	675 g
<b>Rüebli</b>	<b>2.362 kg</b>
Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN	600 g
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	750 g
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	750 g
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	263 g
<b>Salat</b>	<b>2.15 Stück</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	0.75 Stück
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	1.4 Stück
<b>Sellerie</b>	<b>825 g</b>
Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN	563 g
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	263 g
<b>Tomaten</b>	<b>* 2.35 kg</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	12 Stück
So 28.07.24 18:00 Bruschetta für 15 TN	300 g
So 28.07.24 18:00 Griechischer Salat für 10 TN	2.0 Stück
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	3.5 Stück

Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	3.0 Stück
<b>Zwiebel</b>	<b>960 g</b>
So 28.07.24 18:00 Bruschetta für 15 TN	75 g
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	375 g
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	375 g
Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	135 g

#### Getreideprodukte

---

<b>Maizena</b>	<b>1.0 g</b>
Do 01.08.24 18:00 Käsesauce für Pastaplausch für 10 TN	1.0 g
<b>Rollgerste</b>	<b>300 g</b>
Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN	300 g
<b>grober Mais</b>	<b>7.5 kg</b>
So 28.07.24 18:00 Maiskolben für Grill für 15 TN	7.5 kg

#### Getränke/Flüssiges

---

<b>Orangensaft</b>	<b>24 Liter</b>
Sa 27.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	3.0 Liter
So 28.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	3.0 Liter
Mo 29.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	3.0 Liter
Di 30.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	3.0 Liter
Mi 31.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	3.0 Liter
Do 01.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	3.0 Liter
Fr 02.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	3.0 Liter
Sa 03.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	3.0 Liter
<b>Rotwein</b>	<b>1.5 dl</b>
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	1.5 dl
<b>Wasser</b>	<b>2.25 Liter</b>
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	2.25 Liter
<b>Weisswein</b>	<b>2.25 dl</b>
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	2.25 dl

## Gewürze

---

<b>Bouillon</b>	<b>90 g</b>
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	45 g
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	45 g
<b>Bouillon (flüssig)</b>	<b>4.43 Liter</b>
Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN	3.75 Liter
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	5.25 dl
Do 01.08.24 18:00 Käsesauce für Pastaplausch für 10 TN	1.6 dl
<b>Chilischoten</b>	<b>150 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Falafel_Rinau für 15 TN	150 g
<b>Erdnussöl</b>	<b>7.5 cl</b>
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	7.5 cl
<b>Essig</b>	<b>2.71 dl</b>
So 28.07.24 18:00 Griechischer Salat für 10 TN	4.5 cl
So 28.07.24 18:00 Eichblattsalat für 15 TN	1.5 dl
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN	4.8 cl
Di 30.07.24 12:00 Gurkensalat für 7 TN	2.8 cl
<b>Knoblauchzehen</b>	<b>47.5 Stück</b>
So 28.07.24 18:00 Bruschetta für 15 TN	4.5 Stück
So 28.07.24 18:00 Knoblauchbrot (simpel) für 15 TN	18 Stück
Di 30.07.24 12:00 Falafel_Rinau für 15 TN	12 Stück
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	7.5 Stück
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	2.0 Stück
Do 01.08.24 18:00 Käsesauce für Pastaplausch für 10 TN	2.0 Stück
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	1.5 Stück
<b>Olivenöl</b>	<b>3.3 dl</b>
So 28.07.24 18:00 Bruschetta für 15 TN	1.5 dl
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN	9 cl
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	9 cl
<b>Pfeffer</b>	<b>7.5 g</b>
So 28.07.24 18:00 Knoblauchbrot (simpel) für 15 TN	7.5 g
<b>Rapsöl</b>	<b>7 cl</b>
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	7 cl
<b>Safran</b>	<b>30 g</b>
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	30 g
<b>Salz</b>	<b>* 40 g</b>
So 28.07.24 18:00 Knoblauchbrot (simpel) für 15 TN	7.5 g
Di 30.07.24 12:00 Falafel_Rinau für 15 TN	4.5 TL
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	10 g
<b>Sambal Oelek</b>	<b>2.25 cl</b>
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	2.25 cl
<b>Senf</b>	<b>17.5 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Gurkensalat für 7 TN	17.5 g
<b>Senf</b>	<b>18 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN	18 g
<b>Sojasauce</b>	<b>1.13 dl</b>
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	1.13 dl

<b>Zimt</b>	<b>15 g</b>
Mi 31.07.24 12:00 Fotzelschnitte für 15 TN	15 g
<b>Zwiebeln</b>	<b>* 663 g</b>
Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN	3.75 Stück
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	100 g
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	225 g
<b>Öl</b>	<b>9.4 dl</b>
So 28.07.24 18:00 Griechischer Salat für 10 TN	9 cl
So 28.07.24 18:00 Eichblattsalat für 15 TN	3.0 dl
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	1.0 dl
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	1.5 dl
Fr 02.08.24 18:00 Bratkartoffeln für 15 TN	3.0 dl

#### Gewürze/Kräuter

<b>Basilikum</b>	<b>45 g</b>
So 28.07.24 18:00 Bruschetta für 15 TN	45 g
<b>Kräutermischung</b>	<b>20 g</b>
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	20 g
<b>Peterli</b>	<b>* 295 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	1.4 Bund
Di 30.07.24 12:00 Falafel_Rinau für 15 TN	4.5 Bund
<b>Schnittlauch</b>	<b>30 g</b>
Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN	30 g

#### Grundnahrungsmittel

<b>Eier</b>	<b>15 Stück</b>
Mi 31.07.24 12:00 Fotzelschnitte für 15 TN	15 Stück
<b>Kartoffeln</b>	<b>3.27 kg</b>
Fr 02.08.24 18:00 Bratkartoffeln für 15 TN	3.27 kg

#### Grundnahrungsmittel/Backwaren

<b>Baguette</b>	<b>3.75 Stück</b>
So 28.07.24 18:00 Knoblauchbrot (simpel) für 15 TN	3.75 Stück
<b>Brot</b>	<b>24 kg</b>
Sa 27.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 kg
Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN	750 g
So 28.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 kg
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	2.25 kg
So 28.07.24 18:00 Bruschetta für 15 TN	1.5 kg
Mo 29.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 kg
Di 30.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 kg
Mi 31.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 kg
Mi 31.07.24 12:00 Fotzelschnitte für 15 TN	1.5 kg
Do 01.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 kg
Fr 02.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 kg
Sa 03.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 kg
<b>Hamburger-Brötli</b>	<b>30 Stück</b>
Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	30 Stück

Grundnahrungsmittel/Reis

---

<b>Basmatireis</b>	<b>1.13 kg</b>
Mi 31.07.24 18:00 Nasigoreng für 15 TN	1.125 kg
<b>Risottoreis</b>	<b>1.2 kg</b>
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	1.2 kg

Grundnahrungsmittel/Teigwaren

---

<b>Couscous</b>	<b>350 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	350 g
<b>Hörnli</b>	<b>1.7 kg</b>
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN	600 g
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	1.1 kg
<b>Knöpfli</b>	<b>1.8 kg</b>
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	1.8 kg

## Konserven

---

<b>Apfelmus</b>	<b>750 g</b>
Mi 31.07.24 12:00 Fotzelschnitte für 15 TN	750 g
<b>Fruchtsalat</b>	<b>750 g</b>
Mi 31.07.24 12:00 Fotzelschnitte für 15 TN	750 g
<b>Kichererbsen</b>	<b>900 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Falafel_Rinau für 15 TN	900 g
<b>Konfitüre</b>	<b>1.5 kg</b>
Sa 27.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
So 28.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Mo 29.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Di 30.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Mi 31.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Do 01.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Fr 02.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Sa 03.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
<b>Nutella</b>	<b>3 kg</b>
Sa 27.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	375 g
So 28.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	375 g
Mo 29.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	375 g
Di 30.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	375 g
Mi 31.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	375 g
Do 01.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	375 g
Fr 02.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	375 g
Sa 03.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	375 g
<b>Tomatenpuree</b>	<b>202 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN	12 g
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	100 g
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	90 g
<b>gehackte Tomaten</b>	<b>675 g</b>
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	675 g
<b>geschälte Tomaten</b>	<b>1.2 kg</b>
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	1.2 kg



## Milchprodukte

---

<b>Butter</b>	<b>* 2.1 kg</b>
Sa 27.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN	3.75 EL
So 28.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
So 28.07.24 18:00 Maiskolben für Grill für 15 TN	75 g
So 28.07.24 18:00 Knoblauchbrot (simpel) für 15 TN	300 g
Mo 29.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Di 30.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Mi 31.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Mi 31.07.24 12:00 Fotzelschnitte für 15 TN	30 g
Do 01.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	100 g
Fr 02.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	45 g
Sa 03.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	188 g
<b>Halbrahm</b>	<b>1.35 Liter</b>
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	7.5 dl
Do 01.08.24 18:00 Käsesauce für Pastaplausch für 10 TN	6.0 dl
<b>Milch</b>	<b>19.6 Liter</b>
Sa 27.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 Liter
So 28.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 Liter
Mo 29.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 Liter
Di 30.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 Liter
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	3.75 dl
Mi 31.07.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 Liter
Mi 31.07.24 12:00 Fotzelschnitte für 15 TN	1.2 Liter
Do 01.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 Liter
Fr 02.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 Liter
Sa 03.08.24 07:00 Zmorge Standard für 15 TN	2.25 Liter
<b>Nature Joghurt</b>	<b>105 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Gurkensalat für 7 TN	105 g
<b>Rahm</b>	<b>7.5 dl</b>
Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN	7.5 dl

## Milchprodukte/Käse

<b>Bergkäse</b>	<b>375 g</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	375 g
<b>Feta (griechischer Schafskäse)</b>	<b>550 g</b>
So 28.07.24 18:00 Griechischer Salat für 10 TN	200 g
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN	350 g
<b>Greyerzer</b>	<b>90 g</b>
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN	90 g
<b>Käsescheiben</b>	<b>600 g</b>
Fr 02.08.24 18:00 Burger_Vegi für 15 TN	600 g
<b>Mozzarella</b>	<b>750 g</b>
So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN	750 g
<b>Parmesan</b>	<b>225 g</b>
Fr 02.08.24 12:00 Pilz-, Tomaten- und Safranrisotto für 15 TN	225 g
<b>Reibkäse</b>	<b>750 g</b>
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN	450 g
Do 01.08.24 18:00 Hörnli mit Tomatensauce für 10 TN	300 g

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

## Gewürze

### Salz

Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN  
So 28.07.24 18:00 Maiskolben für Grill für 15 TN  
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN  
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN  
Di 30.07.24 12:00 Gurkensalat für 7 TN  
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN

### Pfeffer

Sa 27.07.24 18:00 Gerstensuppe Vegi für 15 TN  
So 28.07.24 18:00 Maiskolben für Grill für 15 TN  
Di 30.07.24 12:00 Couscoussalat für 7 TN  
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN  
Di 30.07.24 12:00 Gurkensalat für 7 TN  
Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN

### Petersilie

So 28.07.24 18:00 Knoblauchbrot (simpel) für 15 TN  
Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN

### Paprika

Di 30.07.24 12:00 Hörnlisalat für 6 TN

### Kurkuma

Di 30.07.24 12:00 Falafel\_Rinau für 15 TN

### Kreuzkümel

Di 30.07.24 12:00 Falafel\_Rinau für 15 TN

### Dill

Di 30.07.24 12:00 Gurkensalat für 7 TN

### Muskatnuss

Di 30.07.24 18:00 Knopftopf Rinau für 15 TN

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

## **Ausrüstung**

### **Frischhaltefolie**

---

So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN

### **Lunchsäckli**

---

So 28.07.24 12:00 Lunch (Wanderung) Vegetarisch für 15 TN

### **Dosenöffner**

---

Di 30.07.24 12:00 Falafel\_Rinau für 15 TN

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