

WG Wochenplan KW 44 von Giordano De Grandis

Einkaufsliste

Fleisch/Geflügel

Pouletgeschnetzeltes	600 g
Mi 14.10.20 12:00 Reis Cazimir für 6 TN	600 g

Fleisch/Schwein

Speckwürfeli	150 g
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	150 g

Früchte

Saisonfrüchte	12.9 Stück
Mo 12.10.20 07:00 Birchermüesli Zmorge für 12 TN	12 Stück
Mi 14.10.20 12:00 Reis Cazimir für 6 TN	0.9 Stück

Äpfel

Mo 12.10.20 07:00 Birchermüesli Zmorge für 12 TN	600 g
	600 g

Gemüse

Lauch	150 g
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	150 g

Rüebli	150 g
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	150 g

Sellerie	150 g
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	150 g

Wirz	150 g
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	150 g

Zwiebel	180 g
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	180 g

Getreideprodukte

Birchermüesli	600 g
Mo 12.10.20 07:00 Birchermüesli Zmorge für 12 TN	600 g

Rollgerste	150 g
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	150 g

Gewürze

Bouillion	30 g
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	30 g
Curry	24 g
Mi 14.10.20 12:00 Reis Cazimir für 6 TN	6.0 g
Mi 14.10.20 12:00 Reis Cazimir für 6 TN	18 g
Lorbeerblatt	0.6 Stück
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	0.6 Stück
Nelken	0.6 Stück
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	0.6 Stück
Pfeffer	3.0 g
Di 13.10.20 12:00 Cinque Pi für 6 TN	3.0 g

Gewürze/Kräuter

Peterli	* 18.8 g
Di 13.10.20 12:00 Cinque Pi für 6 TN	* 18.8 g

Grundnahrungsmittel

Mehl	18 g
Mi 14.10.20 12:00 Reis Cazimir für 6 TN	18 g
Wasser	1.5 Liter
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	1.5 Liter

Grundnahrungsmittel/Backwaren

Brot	300 g
So 11.10.20 18:00 Brot als Beilage für 6 TN	300 g

Grundnahrungsmittel/Reis

Langkornreis	480 g
Mi 14.10.20 12:00 Reis Cazimir für 6 TN	480 g

Hülsenfrüchte

rote Bohnen	150 g
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	150 g

Konserven

Kokosmilch	9 cl
Mi 14.10.20 12:00 Reis Cazimir für 6 TN	9 cl
Tomatenpuree	48 g
Di 13.10.20 12:00 Cinque Pi für 6 TN	48 g

Milchprodukte

Butter	18 g
Mi 14.10.20 12:00 Reis Cazimir für 6 TN	18 g
Früchtejoghurt	1.2 kg
Mo 12.10.20 07:00 Birchermüesli Zmorge für 12 TN	1.2 kg
Halbrahm	6 cl
So 11.10.20 18:00 Bündner Gerstensuppe für 6 TN	6 cl
Milch	1.8 Liter
Mo 12.10.20 07:00 Birchermüesli Zmorge für 12 TN	1.2 Liter
Mi 14.10.20 12:00 Reis Cazimir für 6 TN	6 dl
Vollrahm	3.75 dl
Di 13.10.20 12:00 Cinque Pi für 6 TN	3.75 dl

Milchprodukte/Käse

Parmesan	120 g
Di 13.10.20 12:00 Cinque Pi für 6 TN	120 g

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