

Frühstück und Lunchpaket (optimiert_CjB_07'22)

von Christian Blaim

Mengen für 22 Personen

220 g Kakaopulver	
440 g Zucker	Rohrohrzucker
66 Teebeutel Teebeutel	7 Liter für den ganzen Tag, dafür braucht es: 10x Hibiskus/Rosehip 10x Pfefferminze 10x Kräuter
2.2 Liter Orangensaft	
6.6 Liter Milch	etwas kalte Milch für Cornflakes, ein Teil warm (oder kalt) als Kakao
275 g Butter	1 Stück Butter pro Tag
4.4 kg Brot	ø etwa 3 Scheiben p.P. fürs Frühstück p.P. und nochmal 3 p.P fürs Lunchpaket = 6 Scheiben p.P. /d
1.1 kg Cornflakes	je Tag eine Packung, zur Abwechslung kann natürlich auch einmal Schokoflakes oder etwas anderes genommen werden
110 g Honig	
220 g Nutella	1 Glas pro Tag
132 g Erdbeerkonfitüre	
660 g Lyonerwurst	Aufschnitt
220 g Salami	Geflügelsalami Aufschnitt
220 g Schinken	Putenbrust oder Putenschinken Aufschnitt
660 g Käsescheiben	
2.2 kg Äpfel	5 Äpfel pro Tag
11 Stück Orangen	5 Stück pro Tag
11 Stück Birnen	harte Sorte/n verwenden