



Reduziertes Frühstück von Franziska Oberli

Mengen für 10 Personen

Basisfrühstück CampQuest

1.0 kg Brot	
100 g Butter	
50 g Margarine	
1.5 Liter Milch	Milch kalt und warm anbieten. je nach Bedarf Mengenverhältnisse anpassen (z.B. im Winter mehr warme Milch)
5 dl Hafermilch	
2.0 Liter Orangensaft	
6.0 Teebeutel Teebeutel	Kräutertee oder Schwarztee anbieten. Kann auch auf Ausflüge mitgegeben oder zum z'Nüni nochmals aufgestellt werden.
150 g Konfitüre	
100 g Schoggipulver (OVO)	
50 g Tilsiter	

als Basis, wenn noch Flocken oder Spezialbrote gereicht werden

Allenfalls lactosefreie Milch oder Hafermilch