



Standartfrühstück & Zmorge, gesund und einfach

von simon.eggenschwiler@gmail.com

Mengen für 13 Personen

ohne Eier

1.3 kg Brot	
3.25 Liter Milch	
6.5 dl Hafermilch	
1.3 Liter Tee	warmer, ungesüsster Früchtetee -vorbereiten für abfüllen in Feldflasche, falls Wandertag
650 g Haferflocken	
260 g Cornflakes	
130 g Butter	
130 g Konfitüre	
130 g Honig	
650 g Jogurt	
390 g Käsescheiben	
104 g Schoggipulver (OVO)	

keine