

Proviantliste

Seite ausdrucken, benötigte Mengen eintragen, und schon kann's losgehen mit dem Einkauf.

Getränke			
Wasser ohne CO ²		Bier	
Wasser mit CO ²		Weiss-/ Rotwein	
Fruchtsäfte		Sherry / Campary	
Cola		Tomatensaft	
Tonic		Nestea	
Bitter Lemon			
Obst & Gemüse			
Aepfel		Tomaten	
Birnen		Salatgurken	
Pfirsiche		Peperoni	
Bananen		Kartoffeln	
Trockenfrüchte		Karotten	
Rosinen		Zwiebeln	
Zitronen		Knoblauch	
		grüner Salat	
Frühstück			
Nescafé od. Kaffee		Honig	
Teebeutel		Nutella	
Ovo oder Nesquik		Konfitüre	
Knäcke-, Schwedenbrot		Eier	
Vollkorn-, Schwarzbrot		Müsli, Flakes	
Toast, frisches Brot		Evtl. Frühstücksspeck	
Milchprodukte, aufschnitt			
Quark		Yoghurt	
Butter		Margarine	
Frischkäse/Philadelphia		Rahm	
Milch		Schinken, Rohschinken	
Div. Käse		Salami, Wurst	
Reibkäse/Parmesan		Wienerli	

Gewürze, Suppen etc.			
Mayonnaise		Bouillon	
Senf		Tomatenmark	
Essig		Tabasco	
Oel		Zitronensaft	
Salz		Zucker	
Pfeffer		Oliven	
Curry		Essiggurken	
Paprika		Mehl	
Oregano/Kräuter		Trockenhefe	
Ingwer/Nelken		Instand-Suppen	
Konserven			
Pelati		Eintöpfe	
Sauce Bolognese		Chili con carne	
Mais		Thunfisch	
Bohnen		Ananas	
Champignons		Pfirsich	
Ravioli			
Teigwaren etc.			
Diverse Nudelsorten		Reis	
Polenta		Couscous	
Süßes & Salziges			
Biscuits		Nüsse	
Schokolade		Salzstängeli	
Müsli-Riegel		Flips & Chips	
Haushaltbedarf			
Zündhölzer		Spülmittel	
Bürste		WC-Papier	
Schwamm, Lappen		Haushaltpapier	
Abfallsäcke		evtl. Kaffeefilter	
Frischhaltefolie		Allzweckreiniger	
Alufolie		scharfes Küchenmesser	
Einkaufstüten sammeln		evtl. Korkenzieher	