

# Einkaufsliste

Obst und Gemüse*	Menge	Einheit	Sorte
Tomaten		kg	<p>Sie können Ihre Bestellung online ausfüllen: auf der Browserleiste obenrechts das Symbol für <b>text</b> T anklicken, den Courser auf die auszufüllende Stelle und ihren Text schreiben, Liste speichern und per mail senden</p>
grüne Gurken		Stk	
Radieschen		Bund	
grüne / gelbe/ rote Paprika		Stk	
Äpfel		Stk	
Apfelsinen (nach Saison)		Stk	
Mandarinen (nach Saison)		Stk	
Bananen		Stk	
weiteres			
<b>Milchprodukte</b>			<p>*Obst und Gemüse bekommen Sie nach Möglichkeit aus dem eigenen Garten frisch nach</p>
Frische Milch (3,8%)		Liter	
Frische Milch (1,5 %)		Liter	
Rohmilch**		Liter	
H- Milch (3,5 %)		Liter	
H- Milch (1,5%)		Liter	
Buttermilch		Liter	
Hafermilch o.a.		Liter	
andere Milch			
Joghurt (3,8 % Fett) Natur		500g	
Joghurt (3,8 % Fett) Natur		kl. Becher	
Joghurt (fettarm) Natur		500g	
Joghurt (fettarm) Natur		kl. Becher	
Joghurt- Zubereitungen mit Früchten		150g Becher	<p>**Rohmilch können wir Montagabend von der Milchzapfstelle holen, frisch nach dem Melken auf 4 Grad gekühlt, Fettgehalt: 3,8 - 4,2%, gekühlt bis</p>
Magerquark		250g Becher	
Sahnequark		250g Becher	
Kräuterquark		250g Becher	
Weitere Quarksorten			
Kaffeesahne			
Schnittkäsesorten			
Schmelzkäse		Stk	
Frischkäse		Becher	
Briekäse		Stk	
Harzer Käse		Stk	
Kochkäse		Stk	
Besondere Käsesorten			
Butter		250g	
Margerine		250g	

Fisch	Menge
Heringshappen	
geräucheter Lachs	

# Einkaufsliste

**veget. Brotaufstrich** stellen wir selbst her  
 und haben Gekauften aus dem Bioladen.  
 Nach Ihrer Anreise können Sie bei uns auswählen.

Eigene Lebensmittel	ja/nein
kl. Glas Marmelade (eigene Früchte)	
kl. Glas Honig (von unseren Bienen)	
bis zu 4 Eier (von unseren Hühnern)	
Müsli 500g (mit Körnern aus dem Bioladen selbst hergestellt: 4 versch. Körnersorten, mit Nüssen und getrocknetem Obst, ohne Zucker)	
sonntags selbstgebackener Kuchen	

## Wurstwünsche von der Landfleischerei Dolgelin

			unsere Fleischwaren aus eigener Aufzucht und Schlachtung der Landfleischerei

## Backwaren von unserem Gusower Dorfbäcker

Vollkornbrot (Roggenbrot)		
Krustenbrot		
Mischbrot		
Brötchen (kein täglicher Brötchendienst)		
helle		
dunkle		
Knäckebrötchen		
Filinchen		
Kekse		

Getränke	Menge	Einheit
Mineralwasser		
medium		0,7 Liter
Classik		0,7 Liter
Apfelsaft		1 Liter
Bohnenkaffee		Packung
Schwarztee		Packung
Kräutertee		Packung
Früchtetee		Packung
Roibuschtee		Packung

Zur Aufwertung des Trinkwassers steht ein Lotos-Filter-System zur Verfügung.

Wir besorgen keinen Alkohol.

Welche weiteren Verpflegungswünsche haben Sie?

Sind Sie konsequente/r Vegetarier/in? Oder Flexitarier/in?