



# 1. Essensplanung

## Allgemein:

- Mengen und Zubereitung dient nur als Vorlage und können variiert werden ;)
- auf rechtzeitige Vorbestellungen bei Engmann, Karins Hofladen, Aldi etc. achten
- Lunchpakete und evtl. Mittagessen am Vortag schon einkaufen
- bei Wochenende für Sonntag und Montagmorgen schon einkaufen

## Spülaufsicht:

1. Spülwasser aufsetzen
2. Spülwannen füllen
3. Spüldienst beaufsichtigen
4. Geschirr wegräumen
5. Spülwannen reinigen und umdrehen

## Tagesplanung

### 6 Uhr – Frühschicht

1. Spülwasser aufsetzen
2. Kaffee & Tee kochen
3. Snackeria abbauen
4. Küche aufräumen
5. 15 Tischkörbe herrichten

*Tischkorb für jede Gruppe sowie 1 Korb für Überfälller und 3 Körbe für Helfer, Lalei und ZBV...*

- 12-15 Brote
- 15 Marmelade
- 15 Nutella
- 15 Becher Kakao
- 15 Butter oder Margarine
- 15 Packungen Milch

### 6. Buffet herrichten

- div. Müsli mit Milch
- Kaffee und Zucker

#### bei Specials:

*vt. jeden zweiten Tag anbieten...*

- Joghurt-Quark
- Gefrorene Fruchtmischung

*Achtung: schon im Kühlschrank auftauen lassen und evtl. leicht erhitzen...*

- Äpfel und Bananen

#### bei Lunchpaketen:

### 7. Rohkost schneiden

- 10 Gurken
- 20 Paprika
- 50 Karotten oder 10 Knollen Kohlrabi

## **8. Wurst- und Käseplatten herrichten**

- 5 Ringe Fleischwurst
- 10 Packungen Schnittkäse
- 25 Packungen Schnittwurst, u.a. Salami, Mortadella etc.

## **9 Uhr – Frühstück**

### **1. Frühschicht unterstützen**

### **2. Eimer zum Tische abwischen herrichten**

bei Lunchpaketen:

### **3. Buffet herrichten:**

*zwischen Müsli und Spülen...*

- 10 Brote
- Rohkost
- Wurst- und Käseplatten
- 120 Müsliriegel
- 90 Äpfel
- 120 Wasser/Apfelsaftschorle 0,5 l
- Tüten, Ketchup, Senf

## **ca. 13 Uhr – Mittagessen**

*warmes Essen...*

- 1. Spül- & Nudelwasser ca. 1-2 Stunden vorher aufsetzen**
- 2. Vegetarier und Allergiker berücksichtigen**
- 3. Salat?!**
- 4. Eimer zum Tische abwischen herrichten**

## **ca. 18 Uhr – Abendessen**

### **1. Spülwasser aufsetzen**

### **2. Rohkost schneiden & Dip anrühren**

- 15 Gurken
- 30 Paprika
- 65 Karotten oder 12 Knollen Kohlrabi
- Dip (z.B. Kräuterquark)

### **3. Wurst und Käse herrichten**

- 7 Ringe Fleischwurst
- 15 Packungen Schnittkäse
- 30 Packungen Schnittwurst, u.a. Salami, Mortadella etc.

### **4. 15 Tischkörbe herrichten**

- 15 Brote
- Rohkost, Dip in kleinen Plastikschaalen, evtl. Essiggurken
- Wurst und Käse getrennt
- 15 Butter oder Margarine
- Ketchup, Senf

### **5. Eimer zum Tische abwischen herrichten**

### ca. 23 Uhr – Kompetenzrunde

1. Einkaufsliste für nächsten Tag vorbereiten
2. Tee kochen
3. Snackeria aufbauen
  - Reste vom Mittag- oder Abendessen
  - Brot, Wurst, Käse, Butter oder Margarine, Nutella, Ketchup, Senf
4. Spülwanne für Snackeria herrichten

### Einkaufstabelle

	FRÜHSTÜCK	LUNCHPAKETE	ABENDESSEN	SNACKERIA
<b>Brot</b>	12-15 St.	10 St.	15 St.	2 St.
<b>Marmelade</b>	15 St.			
<b>Nutella</b>	15 St.			X
<b>Kakao</b>	15 Becher			
<b>Margarine</b>	15 St.			X
<b>Milch</b>	15 L + 33 L			
<b>Müsli</b>	X			
<b>Kaffee</b>	X			
<b>Joghurt-Quark</b>	X			
<b>Gurken</b>		10 St.	15 St.	?
<b>Paprika</b>		20 St.	30 St.	?
<b>Karotten</b>		50 St.	65 St.	?
<b>oder Kohlrabi</b>		10 St.	12 St.	?
<b>Fleischwurst</b>		5 St.	7 St.	?
<b>Schnittkäse</b>		10 Pck.	15 Pck.	X
<b>Schnittwurst</b>		25 Pck.	30 Pck.	X
<b>Müsliriegel</b>		120 St.		
<b>Äpfel</b>	?	90 St.		
<b>Bananen</b>	?	?		
<b>Wasser/Apfelsaft</b>		120 St.		
<b>Ketchup, Senf</b>		X	X	X
<b>Dip</b>			X	?

*kalkuliert für 140 Personen, je nach Gruppengröße und Verbrauch sowie die Brot- und Verpackungsgrößen die Mengen variabel anpassen... Restbestände beachten!*

## **Gerichte der letzten Jahre**

### **Kartoffelgerichte**

- Kartoffelsalat mit Würstchen
- Kartoffelbrei mit Bratwurst und Rotkohl
- Salzkartoffeln mit Spinat und Rührei

### **Reisgerichte**

- Geschnitzeltes mit Reis
- Hähnchen-Curry mit Reis
- Milchreis

### **Nudelgerichte**

- Nudeln mit Tomatensoße
- Asia-Pfanne "Lang Tsu"
- Fleischkäsebrötchen mit Nudelsalat
- Linseneintopf (mit Spätzle)
- Ravioli

### **Sonstiges**

- Hamburger
- Döner
- Chili Con Carne

## Mengenkalkulation

### Frühstück

Brot	75 g – 100 g
Butter	30 g
Marmelade	50 g – 75 g
Quark	30 g
Aufschnitt	30 g
Milch	2 Tassen = ca. 0,4 ltr.
Kaffee	2 Tassen
Müsli	50 g – 80 g

### Nachmittagskaffee

Obsttortenboden ergibt	12 Stücke
Sahnekuchen ergibt	14 – 16 Stücke
Trockenkuchen (mittelgroß)	20 – 25 Stücke
pro Person rechnet man	1 ½ – 2 Stücke Kuchen

### Abendessen

Brot	120 g – 150 g
Butter	50 g
Aufschnitt	80 g – 100 g
Schnittkäse	80 g – 100 g
Tee	2 Tassen (5 T. = ca. 1 ltr.)

### Frühstück

Getränk 0,3 l
Marmelade 30 g
Wurst 15 bis 20 g
Käse 15 bis 20 g
Tee 10 g je Liter
Butter 20 g
Cornflakes/Müsli 50 bis 80 g plus 0,25 l Milch
Brot je nach Sorte 2 Scheiben
Kaffee nach Geschmack 40 bis 60 g je Liter

### Suppe

als Vorspeise 0,25 l
als Hauptspeise 0,50 l

### Soßen

0,125 l pro Person

### Gemüse

Gemüse, geputzt 200 bis 250 g
Hülsenfrüchte roh 80 bis 90 g

### Fisch

Fischfilet 120 bis 150 g
ganze Fische 200 bis 250 g

### Mittagessen

Kartoffeln	250 g
Gemüse	250 g
Salat	1 Kopf für 4 Personen
Salatgurke	1 Stück für 3 – 4 Pers.
Nudel-, Kartoffelsalat	250 g – 300 g
Nudeln	80 g – 100 g
Reis	75 g – 90 g
Hackfleisch für Soße	80 g
Hackfleisch für Frikad.	100 g
Fleisch für Gulasch	150 g
Bratwurst	100 g
Fleisch für Braten	150 g
Fisch	200 g
Knödel	2 Stück (normal groß)

### Fleisch

Hackfleisch in Soßen und Aufläufen 80 g
Hackbraten/Frikadellen 100 g
Fleischstücke in Soßen 100 g
Fleisch gebraten in Scheiben 120 bis 150 g
Geflügel ohne Knochen 120 bis 150 g
Geflügel mit Knochen 250 g

### Kartoffeln

als Salzkartoffeln vor dem Schälen 300 g
als Pellkartoffel 250 g
als Kartoffelbrei/Salat 200 bis 250 g

### Teigwaren

als Hauptgericht 125 g
als Beilage 80 g
als Suppeneinlage 15 bis 20 g

### Reis

als Hauptgericht 80 bis 100 g
als Beilage 60 g
als Suppeneinlage 15 bis 20 g

*für ca. 10 Personen, je nach Alter und großer Gruppenstärke weniger berechnen...*

<b>Suppe</b>	als Vorgericht	200 – 250 g	
	als Hauptgericht	375 – 500 g	
<b>Kartoffeln</b>	als Beilage	150 – 200 g	
	als Püree	150 – 200 g	
	als Klöße	200 g	
<b>Gemüse</b>	als Beilage	200 g	Ungeputzt
	Grüner Salat	50 g	
	Salat roh	100 – 200 g	
	Salat gekocht	100 – 200 g	
<b>Fleisch</b>	mit Knochen	125 – 150 g	Scheiben
	ohne Knochen	100 – 120 g	
	gehackt	60 – 100 g	
	Fleisch in Tunke	80 – 100 g	
	Fleisch kurz gebraten	125 – 150 g	
	Leber (Ragout)	100 – 125 g	
<b>Geflügel</b>	mit Knochen	200 – 250 g	1 Poularde = 4 Port. Frikasse = 7 – 8 Port.
<b>Fisch</b>	mit Kopf	200 – 250 g	
	Filet	100 – 150 g	
<b>Reis</b>	als Beilage	45 – 50 g	abends 40 g
	als Gericht mit Beilage	65 – 70 g	
	als Suppeneinlage	15 g	
<b>Teigwaren</b>	als Beilage	50 – 70 g	
	als Gericht mit Beilage	90 – 100 g	
<b>Tunke</b>	Tunke Bratentunke	50 – 70 g	je nach Beilage
	für Gericht in Tunke	125 g	
<b>Süßspeisen</b>	Brei und Flammerie	125 – 150 g	
	Brei zum Sattessen	250 – 300 g	
	Pudding, Creme	125 – 150 g	
	Auflauf als Hauptgericht	250 g	
	kaltgerührte Creme	1 Ei	
<b>Quark</b>	als Quarkspeise	100 – 125 g	bei 50 g Obstzulage
<b>Obst</b>	frisch	125 g	je nach Abfall
	frisch zu Kompott und Mus	125 – 150 g	
	getrocknet zu Kompott	60 g	
<b>Getränke</b>	Kaffee	7 g/Tasse	bis 5 g
	Mokka	25 g/Tasse	
	Tee	1 TL./Tasse	
	Kakao	19 g/Tasse	
<b>Käse</b>	als Dessert	200 g	

### Anpassung an Altersklassen

0 – 6 Jahre	Faktor 0,5
6 – 10 Jahre	Faktor 0,9
10 – 13 Jahre	Faktor 1,0
14 – 16 Jahre	Faktor 1,1
ü16 Jahre	Faktor 1,2

## 2. Rezepte

### Kartoffelgerichte

#### Kartoffelsalat mit Würstchen (140 Personen)

- 25 kg Kartoffelsalat (Engmann)
  - 12 kg Rhein Hessischer Kartoffelsalat?
  - 12 kg Sommerkartoffelsalat?
- evtl. 15 Gurken für Gurkensalat
- 320 Würstchen
  - evtl. 10 Rinder-Würstchen für Moslems
- 12 gebackene Camembert für Vegetarier
- Ketchup, Senf
- Brot

#### Grillen Jugendlager (40 Personen)

- 8 kg Rhein Hessischer Kartoffelsalat
- 3 kg Sommerkartoffelsalat
- 2 kg Farmersalat

#### Kartoffelbrei, Würstchen und Rotkohl (120 Personen)

- 40 kg weichkochende/mehlige Kartoffeln
- 5 L Milch
- 5 L Sahne
- 1 kg Butter
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 14 kg Rotkohl
- 250 Bratwürste
- Ketchup, Senf
- (2 Säcke Zwiebeln)

Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden. Geschälte Kartoffeln immer in Wasser einlegen. Wasser zum Kochen bringen und salzen. Kartoffeln abtropfen und in Salzwasser weich kochen lassen. Die Kartoffeln sollen nur leicht mit Wasser bedeckt sein und nicht schwimmen. Die fertigen Kartoffeln stampfen, nach und nach die Milch und Sahne hinzu geben und weiter cremig stampfen. Die Butter dazu geben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Rotkraut mit geschälten und geschnittenen Äpfel verfeinern, gern auch Preiselbeermarmelade unterrühren.

Nach Wunsch noch gebratene Zwiebeln zubereiten.

### **Salzkartoffeln mit Spinat und Rührei (120 Personen)**

- 20 kg Spinat
- 350 Eier
- 5 L Sahne
- 10 Bund Frühlingszwiebeln
- 35 kg festkochende Kartoffeln

Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden. Geschälte Kartoffeln immer in Wasser einlegen. Wasser zum Kochen bringen und salzen. Kartoffeln abtropfen und in Salzwasser weich kochen lassen. Die Kartoffeln sollen nur leicht mit Wasser bedeckt sein und nicht schwimmen.

Den gefrorenen Spinat nach Möglichkeit vorher schon etwas auftauen lassen. Der Spinat neigt zum Anbrennen und sollte nur bei leichter Hitze bei ständigem Umrühren langsam erwärmt werden.

Die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und zum Schluss in die Pfanne geben. Die Eier mit der Sahne, Pfeffer und Salz verquirlen und in die Pfanne gießen.

## Reisgerichte

### Geschnetzeltes mit Reis (120 Personen)

- 12 kg Schweinegeschnetzeltes
- 5 kg Champignons
- 6 kg Zwiebeln
- 10 kg Reis
- 5 L Sahne
- 3 L Weißwein (trocken)
- 3 L Gemüsebrühe
- Majoran (getrocknet)?
- Mehl, Öl, Salz, weißer Pfeffer

Fleisch waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Pilze putzen, waschen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Reis zubereiten. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Pilze darin anbraten und herausnehmen. Fleisch im Bratfett anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebelspalten zufügen und andünsten. Mit Mehl bestäuben und kurz anschwitzen. Sahne und Wein zugießen und aufkochen lassen. Majoran und Pilze zugeben und alles ca. 5 min. köcheln lassen.

### Hähnchencurry mit Reis (140 Personen)

- 20 kg Hähnchenbrust
- 2L Öl
- 4,5 kg Zwiebeln
- 1-2 kg Äpfel (gerieben)
- [4 Dosen Ananas (Stücke)]
- 10 kg Paprika
- 4,5 kg Möhren
- 0,5 kg Currypaste (Löffelweise abschmecken!!!)
- 15 L Gemüsebrühe
- 5L Kokosmilch
- 1 kg Schmand oder Creme fraiche
- 5 Bio-Zitronen (Saft + Schale)
- 9 kg Reis (1kg Reis = 2L Wasser)
- Salz, Pfeffer, Chilipulver

### Milchreis (140 Personen)

- 9 kg Reis (1 L Milch = 250 gr. Reis)
- 36 L Milch
- 2 Pck. Vanillepudding-Pulver (mit Zucker und Extra Milch in den Milchreis)
- Apfelmus
- Zucker, Zimt, Kakao

## Nudelgerichte

### Nudeln mit Tomatensoße (120 Personen)

#### Nudeln

- 20 kg Nudeln

#### Soße

- 2 kg Tomatensoße
- 10 kg Tomaten in Stücke
- 10 kg passierte Tomaten
- 18 Zwiebeln
- 2 Flaschen Weißwein
- 2 L Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer
- Sahne
- Schmand
- Weißweinessig
- Knoblauch, Oregano, Basilikum

#### Sonstiges

- geriebener Gouda etc.

Dazu passt gut grüner Salat (siehe Salate).

### Asia-Pfanne „lang-tsu“ (140 Personen)

- 15 kg Hähnchenbrust in Streifen
- 10 kg halbierte Spaghetti (oder asiatische Eiernudeln)
- 35 Bund Frühlingszwiebeln, in Rauten geschnitten
- 35 Knoblauchzehen fein gehackt (nicht pressen!!!)
- 1 großes Glas Sambal Oelek
- 1-2 L Sesamöl oder Sonnenblumenöl
- 10 kg Karotten, in dünne Streifen geschnitten
- 50 Eier
- 5 kg Mungobohnen-Keimlinge
- evtl. 2-3 Köpfe Chinakohl
- 3 L Sojasauce
- 2 L Teryaki-Sauce
- Pfeffer, Salz, Zitronensaft

1. Das Sesamöl oder auch Sonnenblumenöl in die heiße Pfanne geben und dann die in Streifen geschnittenen Hähnchenbrustfilets anbraten.
2. Währenddessen die Nudeln in Salzwasser kochen.

3. Das angebratene Hähnchenfleisch in dem Bräter zur Seite schieben und die Hitze dort reduzieren. Die Lauchzwiebeln, Karotten, Mungobohnen, Knoblauch und evtl. Chinakohl in der heißen Hälfte kurz anbraten.
4. Jetzt das Sambal Oelek dazu geben. Anschließend mit Sojasauce, Teryaki-Sauce und etwas Zitronensaft ablöschen.
5. Am Schluss die Nudeln mit dem Ganzen vermengen, evtl. noch Soße hinzu geben. Danach das Ei untermengen und würzen.

### **Fleischkäsebrötchen mit Nudelsalat (120 Personen)**

- 300 Scheiben Fleischkäse
- 300 Brötchen
- Ketchup, Senf

Dazu passt gut Nudelsalat und grüner Salat (siehe Salate).

### **Linseneintopf mit Spätzle (140 Personen)**

#### **Linseneintopf mit Kassler**

- 9 kg Linsen, eingeweichte
- 20 Zwiebel(n)
- 7 kg Möhre(n)
- 10 kg Kartoffel(n)
- 35 Stück Knollensellerie
- 15 Päckchen Speck (gewürfelt)
- 1 L Öl
- 0,5 L Essig
- 350 g Senf
- 35 L Gemüsebrühe
- 140 Kasslerscheiben
- Salz, Pfeffer, Zucker, Muskat
- 5Bund Petersilie, fein geschnitten

Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Wurzelgemüse putzen und würfeln. Alles zusammen in einen Topf mit Öl und der Speckschwarte anbraten.

Je nach Linsensorte diese einweichen (Packungsangaben beachten) und mit dem Einweichwasser zum Gemüse geben.

Mit Essig ablöschen und diesen verkochen lassen. Gemüsebrühe, in Stücke geschnittene Kartoffeln sowie Senf zufügen. Alles ca. 20-30 Minuten köcheln lassen.

Kassler in mundgerechte Stücke schneiden, zufügen und im Eintopf nachziehen lassen. Mit den Gewürzen (Salz, Pfeffer, Muskat und Zucker) abschmecken, Petersilie (fein geschnitten) zufügen.

### **Linseneintopf mit Speck und Spätzle (140 Personen)**

- 15 kg Spätzle
- 7,5 kg Tellerlinsen
- Suppengemüse:
  - 5 Bund Petersilie
  - 30 St. Karotten
  - 15 St. Lauch
  - 4 Knollen Sellerie
- 4 Säcke Zwiebeln
- 10 kg Kartoffeln, weichkochend/mehlig
- 15 Pck. Speck, geschnitten
- ca. 35 l klare Gemüsebrühe, Pulver
- 2 Flaschen Essig Bianco
- 2 Pck. Senf
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Muskat
- Öl

#### Zubereitung Linseneintopf mit Speck:

1. Wasser für die Linsen zum Kochen bringen (Menge siehe Zubereitung der Linsen). Suppengemüse, Zwiebeln und Kartoffeln putzen und fein würfeln.
2. Geschnippeltes zusammen in einem Topf mit Öl anbraten. Linsen hinzugeben, mit dem kochenden Wasser aufgießen und entsprechend der Zubereitung der Linsen leicht köcheln lassen (evtl. noch Wasser nachgießen). Kein Salz hinzugeben, da sich sonst die Kochzeit der Linsen verlängern kann.
3. Gemüsebrühe, Essig und evtl. Senf hinzugeben sowie mit den Gewürzen (Salz, Pfeffer, Muskat und Zucker) abschmecken.
4. Vegetarische Portion entnehmen. Speck anbraten und hinzugeben.

#### Zubereitung Spätzle:

1. Wasser zum Kochen bringen
2. Spätzle entsprechend der Zubereitung im Salzwasser kochen  
→ Kochzeit des Wassers beachten und Kochen der Spätzle mit Linsen koordinieren

### **Ravioli (120 Personen)**

- 20 kg Ravioli-Dosen???
- nur ein Teil holen, da nur Ergänzung zu Galaabend-Reste...

## Sonstiges

### Hamburger (140 Personen)

- 360 Burgerpatties
- 360 Burgerbrötchen
- 7 große Gläser Essiggurken
- 10 Salatgurken
- 50 Tomaten
- 12 Eisbergsalat
- 360 Scheiben Käse
- 6kg Röstzwiebeln
- 1,5 kg Zwiebeln
- Ketchup (normal, Gewürz)
- Senf
- Burgersauce

### Döner (140 Personen)

*nur ungefähre Mengenangaben...*

#### Döner Kebab:

- 20 kg Putengeschnetzeltes
- 60 Fladenbrote (pro Person  $\frac{1}{4}$ )
- 2 Köpfe Rotkohl
- 2 Köpfe Weißkohl
- 10 Gurken
- 40 Tomaten
- 7 Eisbergsalat
- 5 kg Karotten
- 2 Säcke Zwiebeln
- 7 Pck. Billig-Feta
- Jalapenos aus dem Glas

#### Rotes Ezmesi:

- 20 Tomaten
- 10 rote Paprika
- 1-2 Säcke rote Zwiebeln
- 1 Knolle Knoblauch
- 4 Tuben Tomatenmark
- Sambal Oelek
- Salz
- Zucker

### **Weißes Ezmesi:**

- 10 kg Joghurt
- 5 Salatgurken
- 2 Knollen Knoblauch
- viel Dill (gefroren oder frisch)
- Salz, Olivenöl

### **Chili con carne (140 Personen)**

- 20 kg Hackfleisch gem.
- 10 kg Zwiebeln
- 1 Knolle Knoblauch
- 18 Dosen Mais
- 18 Dosen Kidneybohnen → Mengenmäßig gleiche Einwaage wie Mais
- 8 kg Paprika (rot+gelb)
- 12 kg Tomate in Stücken (Dose)
- 2 L Gemüsebrühe
- 12 Tuben Tomatenmark
- 4 L Rotwein
- Salz, Cayenne-Pfeffer, Kreuzkümmel, Paprikapulver edelsüß, Zimt?
- Tabasco, Schmand?

#### Weitere Zutaten nach Wunsch:

- 1 Kasten Schwarzbier
- 1 kg Bitterschokolade (70 %)

#### Beilage:

- Brot und Salat

### Zubereitung:

1. Zwiebel fein würfeln. Paprika putzen, waschen und 1 cm groß würfeln. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Fleisch im Bräter rundherum 5–10 Min. scharf anbraten. Mit Salz würzen und herausnehmen.
2. Öl, Zwiebeln, Paprika und Knoblauch nach und nach im Topf angehen lassen. Tomatenmark zugeben und anrösten. Mit Rotwein oder Bier ablöschen und aufkochen. Fleisch zugeben. Mit Gewürzen würzen. Dosentomaten und Brühe zugeben, aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 90 min. garen.
3. Mais und Bohnen abgießen, mit kaltem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Schokolade bröseln, mit Bohnen und Mais unter das fertige Chili mischen. Mit Salz und Gewürzen nochmals abschmecken. Schmand oder Creme fraiche zum Chili servieren.

### 3. Salate

#### Grüner Salat (120 Personen)

- 8 Zwiebeln
- 6 Salatköpfe (z.B. Eisberg)
- 8 Gurken
- 15 Tomaten
- Essig, Öl
- Salz, Pfeffer

#### Nudelsalat (120 Personen)

- 5 kg Nudeln
- 12 Dosen Erbsen und Karotten
- 12 Dosen Mais
- 12 Gläser Essiggurken
- 5 Ringe Fleischwurst
- 20 Paprika
- 10 Pck. Salatkräuter
- Salz, Pfeffer
- Paprikagewürz

#### Soßen

- Essig-Öl
- Mayonnaise

#### Kartoffelsalat Jugendlager (50 Personen)

- 8 kg Rhein Hessischer Kartoffelsalat
- 3 kg Sommerkartoffelsalat
- 2 kg Farmersalat