

Einkaufsliste für einen einwöchigen Törn mit der Jugendsegelyacht „Greif von Ueckermünde“



Auf einem Törn mit der „Greif von Ueckermünde“ versorgt die Crew sich und die Schiffsführung. Ausgehend von einer 7-tägigen Fahrt haben wir hier Vorschläge für einen Proviantplan zusammengetragen. Alle Mengenangaben sind auf 14 Personen ausgelegt. Dabei haben wir vor allem auf einfache Gerichte geachtet, da eine einfache Küchenausstattung für die Zubereitung zur Verfügung steht. Dies sind Vorschläge und Erfahrungswerte, passt diese Liste an eigene Bedürfnisse an!

Vorschläge für Hauptgerichte:

- Nudeln mit Tomatensoße/ Bolognese
- Pellkartoffeln mit Quark und Fisch
- Eintöpfe
- Bratkartoffeln mit Bouletten
- Rührei mit Spinat
- Kartoffelsalat mit Würstchen
- Käsespätzle
- Chilli Con Carne
- Risotto
- Bratwurst und Mischgemüse

Provianteinkaufsliste:

Frühstück und Abendbrot

- 7 x Butter
- 6 x Margarine
- 4 x Marmelade
- 9 Packungen Käse (a 250g)
- 4 Packungen Frischkäse
- 3kg Wurst
- 30 Eier
- 5 Packungen Cornflakes
- 1 Glas Gemüsebrühe
- 7 Becher Kräuterquark
- 3 Gläser Gewürzgurken
- 6 Salatgurken
- 3kg Tomaten
- 2 kg Zwiebeln
- Ketchup
- Senf

Hauptgerichte

- 9kg Kartoffeln (2-3kg pro Mahlzeit)
- 9kg Nudeln (2-3kg pro Mahlzeit)
- 3kg Reis (1,5 kg pro Mahlzeit)
- 5 Becher Quark (a 500g)
- 16 Becher Fisch (z.B. Heringe)
- 8 Dosen Königsberger Klopse
- 8 Dosen Mischgemüse
- 20 Bouletten
- 8 Dosen Gulasch
- 6 Dosen Tomaten
- 4 Becher Sahne
- 6 Dosen Hühnerfrikassee

Kleine Snacks

- 3 Beutel Äpfel
- Bananen
- Kekse
- Fertigmöhlen
- Zwieback

Getränke

- 3 Pakete Kaffee
- 4x Tee
- 20 Tetra Pack Saft (a 1,5l)
- 2 Kästen stilles Wasser
- 2 Kästen Sprudelwasser
- 24l Milch
- Kakaopulver
- Kaffeesahne

Sonstiges

- Gewürze
- Öl

Backwaren

- 35 Aufbackbrötchen
- 5 Vollkornbrote
- 6 Mischbrote
- 4 Weißbrote

Grundausrüstung

- Müllsäcke
- Frischhaltefolie
- Kaffeefilter
- Küchenrolle
- Lappen
- Schwamm