

# Stecher Sailing

## Einkaufshilfe für einen Segeltörn

Produkt	Menge	Produkt	Menge
<b><u>Obst /Gemüse:</u></b>		<b><u>Milchprodukte:</u></b>	
Zwiebeln		Butter	
Knoblauch		Joghurt	
Auberginen		Margarine	
Tomaten		Frischkäse	
Paprika		Mozarella	
Gurke		Milch	
Salat		Kaffeemilch	
Lauch		div. Käsesorten	
Karotten		Quark	
Kraut		Rahm	
Kartoffeln		Eier	
Kohl		<b><u>Brotaufstriche:</u></b>	
Artischocke		div. Marmelade	
Bohnen		Honig	
Broccoli		Nutella	
Kresse		Streichkäse	
Kürbis		Streichwurst	
Meerrettich		Pastete	
Melone		Erdnusscreme	
Peperoni		<b><u>Gewürze/Saucen:</u></b>	
Petersilie		Olivenöl	
Basilikum		div. Pflanzenöl	
Schnittlauch		div. Essigsorten	
Radieschen		div. Senfsorten	
Schallotte		Mayonaise	
Sellerie		Ketchup	
Spargel		Gemüsebrühe	
Spinat		Pfeffer	
Apfel		Salz	
Birne		div. Gewürze	
Kiwi		Mehl	
Banane		Zucker	
Grapefruit		<b><u>Fleisch/Wurst:</u></b>	
Orange		Hackfleisch	
Nectarine		Steaks	
Zitrone		Würstchen	
Mango		Weißwurst	
Blutorange		Kassler	
Limette		Rouladen	
Ananas		Braten	
Beeren		div. Wurstaufschnitt	
Kokosnuss		div. Hartwurst	
div. Nüsse		Geflügel	
Rosinen			
Pflaumen			
div. Trockenobst			

Produkt	Menge	Produkt	Menge
<b><u>Getränke:</u></b>		<b><u>Konserven/Gläser:</u></b>	
Wasser (mit und ohne Gas)		Thunfisch	
Limo (Orange und Zitrone)		Mais	
Eistee		Erbsen	
Coca Cola		Möhren	
Apfelsaft		Pilze	
Orangensaft		Rote Beete	
div. Fruchtsäfte nach Belieben		Oliven	
Bier (Dosen od. Blechfass 5 L.)		Saure Gurken	
Radler		div. Fertiggerichte wie z. B.:	
Weisswein		Ravioli	
Rotwein		Suppen	
Wodka		Nudelsaucen	
Rum		Peperoni	
div. Starke Alkoholische Getränke			
div. Alkopops (Biermischgetränke)			
<b><u>Nudeln/Reis:</u></b>		<b><u>Div. Fertiggerichte/Mischungen:</u></b>	
Spaghetti		Semmelknödel	
Tagliatelle		Kartoffelknödel	
Makkaroni		Kartoffelbrei	
Lasagne		Kartoffelsalat	
Rigatoni		Backmischung	
Tortellini		Sossenbinder	
Penne			
Spätzle			
Suppennudeln			
Basmati-Reis			
normaler Reis			
<b><u>Putz-/Reinigungsmittel:</u></b>		<b><u>Brot/Semmeln/Brezen:</u></b>	
Toilettenpapier		Schwarzbrot	
Küchen-Rollen		Mischbrot	
Taschentücher		frische div. Semmeln	
Mülltüten (gross und klein)		Fertigbrezen	
Spüllappen		frische Brezen	
Spüllbürste		frisches Gebäck	
Topfchwamm		Kuchen	
Spülmittel		Kekse	
Drahtwaschel			
<b><u>Div. Getränkezusätze:</u></b>		<b><u>Sonstiges:</u></b>	
Kaffee			
Kaffeefilter			
div. Teesorten/Beutel			
Pulverkaffee			
Kakao			
div. Auflösetabletten wie z. B.:			
Magnesium, Vitamin-C...			