



1 Milchanteil besteht aus 7 Liter Milch

ein Anteil könnte z.B. so aussehen:	
1 Liter Milch	1,0L
2 Gläser Joghurt	1,0L
1 Glas Quark	1,5L
1 Stück Camembert(ca.150g)	1,5L
200g Käse	2,0L
<hr/> <hr/> in der Summe 7l Milch	

Wie möchtet ihr euren Anteil zusammenstellen ?

Milch	1 Liter - 1 l	<input type="checkbox"/>
Vollmilch	1 Liter - 1 l	<input type="checkbox"/>
Joghurt	500 ml - 0,5 l	<input type="checkbox"/>
Quark	500 g - 1,5 l	<input type="checkbox"/>
Camembert	1 St. -1,5 l	<input type="checkbox"/>

*bitte ankreuzen was ihr davon abwechsend haben möchtet*

mit Pfeffer	100g -1 Liter	<input type="checkbox"/>
Bockshornklee	100g -1 Liter	<input type="checkbox"/>
Kräuterblüte	100g -1 Liter	<input type="checkbox"/>
Möhrengouda	100g -1 Liter	<input type="checkbox"/>
Sommerweide	100g -1 Liter	<input type="checkbox"/>
Gouda	100g -1 Liter	<input type="checkbox"/>
Feuerrad	100g -1 Liter	<input type="checkbox"/>

*oder einfach ein*

Käsekarussell	100g - 1 Liter	<input type="checkbox"/>
---------------	----------------	--------------------------

*verschiedene Käsesorten im Wechsel*

Summe: 7 Liter Milch

1 Brot-&Mehlanteil besteht aus einem Brot oder kg Mehl die Woche

*bitte ankreuzen was ihr davon abwechsend haben möchtet*

1/2 Brotanteil = Brotlieferung zweiwöchig

Sonnenblumenbrot	<input type="checkbox"/>
Roggenbrot	<input type="checkbox"/>
WeizenRoggenbrot	<input type="checkbox"/>
Dreikornbrot	<input type="checkbox"/>
Landkruste	<input type="checkbox"/>
Kürbiskernbrot	<input type="checkbox"/>
Dinkelbrot	<input type="checkbox"/>
Weißbrot (Toastbrot)	<input type="checkbox"/>
Ciabatta (2 Stück)	<input type="checkbox"/>
1 kg Weizenmehl 1050	<input type="checkbox"/>
1 kg Weizenvollkornmehl	<input type="checkbox"/>
1 kg Roggenmehl 1050	<input type="checkbox"/>
1 kg Roggenvollkornmehl	<input type="checkbox"/>
1 kg Dinkelmehl 630	<input type="checkbox"/>
1 kg Dinkelvollkornmehl	<input type="checkbox"/>

1 Fleischanteil mit 600g Rindfleischfleisch die Woche

*bitte ankreuzen was ihr davon abwechsend haben möchtet*

Hackfleisch	<input type="checkbox"/>
Gulasch	<input type="checkbox"/>
Braten	<input type="checkbox"/>
Rinderbratwurst	<input type="checkbox"/>
Steak	<input type="checkbox"/>
Rouladen	<input type="checkbox"/>
Leber	<input type="checkbox"/>
Suppenfleisch / Beinscheibe	<input type="checkbox"/>
Filet (1x 300g/Jahr)	<input type="checkbox"/>

ca. 200g/Glas, Wurst/Schinken entspricht 600g frischem Fleisch

Corned Beef	<input type="checkbox"/>
Pfefferbeiser	<input type="checkbox"/>
Rinderschinken	<input type="checkbox"/>
Rindersalami	<input type="checkbox"/>
Rinder Leberwurst, grob	<input type="checkbox"/>