

Verpflegungsliste (Vegetarisches Proviantpaket für 2 Personen für 1 Woche)

1 Paket Couscous
1 Paket Macaroni
1 Paket Kartoffelbrei
1 Paket Blaubeersuppe
1 Flasche schwarzer Johannesbeerensaft
1 Paket schwedischer Kaffee 4 Karotten
1 Paket Müsli
2 Pakete getrocknete Milch
2 Pakete knuspriges Brot
1 Paket Kartoffel- und Zwiebelsuppe
1 Paket Spargelsuppe
1 Paket Tomaten- und Basilikumsuppe
Salz
Pfeffer
1 Glas schwedischer Honig
1 Glas hausgemachter Himbeermarmelade
1 Paket Rosinen
1 Paket Nudeln (Gemüse)
1 Paket Nudeln (Garnele)
1 Paket Vollkornkekse
1 Paket Teebeutel
8 Päckchen Kakao
Senf
Ketchup
1 Tüte Nudeln Parmesan
1 Tüte vegetarische Bolognese
1 Tüte vegetarische Thaisauce
1 Dose Soja- Rindfleischersatz
1 Dose vegetarische Würstchen

Frische Lebensmittel

1 Paket Schnittkäse
1 Packung Margarine
1 Tube schwedischer Käse
2 grüne Äpfel
4 Karotten
1 Gurke
1 Weißbrot
1 Vollkornbrot
1 Tafel Marabou- Schokolade

Küchenausrüstung

1 Trangia- Kocher
1 Flasche Spiritus
2 Teller
2 Besteck
2 Becher
1 Dosenöffner
1 Kelle
1 Schwamm
1 Toilettenrolle
2 Päckchen Streichhölzer
1 Geschirrspülmittel