

Gesundes Frühstück Bruckberg

250 g Frischkäse (Natur)

3 kg Brot

2 Packungen Butter

4 P Knäckebrot

2 Liter Milch

1,0 kg Naturjoghurt mild

1,2 kg Minimozzarella

400 g Emmentaler am Stück

200 g Käseaufschnitt

2 Päckchen Müsli (ohne Rosinen)

1 Glas Marmelade

1 Glas Honig

1 x Schnittlauch

1,0 kg Karotten

3 Paprika

1 Kohlrabi

2 Gurken

1,5 kg Cocktailtomaten

4,5 kg Obst nach Saison (Bananen, Äpfel, Weintrauben,)

ca. 450 g Wurst (Salami, (Lachs-)Schinken)

2 Kabanossi

30 gekochte Eier

2 Päckchen Räucherlachs