

Essen im Zeltlager

Es gibt drei Mahlzeiten: Frühstück, warmes Mittagessen und Abendessen. Sollten wir über Mittag unterwegs sein, wird das warme Essen auf den Abend verschoben und mittags gibt es Lunchpakete. Zum Trinken steht jederzeit kostenlos Tee und Mineralwasser zur Verfügung (beim Frühstück Kakao oder Milch). Bei Ausflügen und Wanderungen organisieren wir den Einkauf von Süßigkeiten, Limo und ähnlichem.

Für unser leibliches Wohl sorgt unser erfahrener Zeltlagerkoch Dennis Kippenhan.

Speiseplan im Zeltlager in Saarhölzbach (2023)				
Tag:	Datum:	Frühstück:	Mittagessen:	Abendessen:
So	13.08.2023			belegte Brote
Mo	14.08.2023	Brötchen mit Nutella, Marmelade, Wurst oder Käse	Kartoffel, Spinat und Rühreier	belegte Brote
Di	15.08.2023 (Feiertag)	Selbstgebackene Muffins	Currywurst, Pommes und Salat	Pellkartoffel, Quark, Leberwurst oder belegte Brote
Mi	16.08.2023	Brötchen mit Nutella, selbstgekochte Marmelade, Wurst oder Käse	Kartoffelbrei, Fischstäbchen, Rote Beete oder Gurkensalat	belegte Brote
Do	17.08.2023	Brötchen mit Nutella, selbstgekochte Marmelade, Wurst oder Käse	Nudeln, Haschee und Salat	Überbackene Nudeln und selbstgebackene Hot Dog Muffins
Fr	18.08.2023	Brötchen mit Nutella, selbstgekochte Marmelade, Wurst oder Käse	Frittierte Kartoffelspiralen, belegte Brötchen und Paradiescreme	Wraps mit Hähnchenfleisch, Eisbergsalat, Paprikastreifen, Gurken und verschiedenen Soßen
Sa	19.08.2023	Brötchen mit Nutella, selbstgekochte Marmelade, Wurst oder Käse	Gulasch, Nudeln und Salat	belegte Brote
So	20.08.2023	Selbst gebackener Kuchen und Muffins	Schnitzel, Pommes und Salat	Überbackene Brezeln und Schnitzelbrötchen
Mo	21.08.2023	Brötchen mit Nutella, selbstgekochte Marmelade, Wurst oder Käse	Tortellini mit Käse-Sahnesoße und Salat	belegte Brote
Di	22.08.2023	Brötchen mit Nutella, selbstgekochte Marmelade, Wurst oder Käse	Fleischkäsebrötchen	