

# Frühstück Einkaufsliste

## Montag:

1 Packung Knäckebrötchen + (z.B. Reiswaffeln, Leicht & Cross, Brotchips, Zwieback, Bröckchen, ...)  
750 g Quark  
750 g Naturjoghurt  
5 Äpfel  
2 Birnen  
Schnittlauch

## Dienstag:

1,5 kg frisches Brot  
Butter  
Kräutersalz  
Gemüse (z.B. Gurke, Paprika, Karotten, Tomaten...je nach Saison)

## Mittwoch:

2 Liter Milch  
250 g Käse  
11 Brezeln  
11 Laugenstangen  
1 Butter  
Obst nach Saison

## Donnerstag:

21 gemischte Brötchen  
Butter  
Marmelade  
Honig

## Freitag:

1,5 kg frisches Brot  
250 g Käse am Stück  
Butter  
Verschiedenes Obst/Gemüse nach Saison