

10-TAGE-NOTVORRAT/PERSON

GETRÄNKE	20 LITER
GETREIDEPRODUKTE KARTOFFELN, NUDELN BROT	3,5 KG
GEMÜSE	4,0 KG
OBST NÜSSE	2,5 KG
MILCH MILCHPRODUKTE	2,6 KG
FLEISCH EIER FISCH	1,5 KG
FETTE ÖLE	0,36 KG

SONSTIGES: Z.B. SALZ, ZUCKER, GEWÜRZE, HONIG,
MARMELADE ...