



Proviantliste

Schiff _____ Anzahl Pers. _____ Anzahl Tage _____ Datum _____

Seite 2

Menge	Einheit Gebinde	Richtwert 14 Tage/6 Pers.	Beschreibung	Bemerkungen (z.B. Aroma, Sorte, Marke)	<input checked="" type="checkbox"/>
Hauptmahlzeiten					
		1.5 kg	Spagetti		<input type="checkbox"/>
		1.5 kg	Macaroni, Hörnli		<input type="checkbox"/>
		1 kg	Reis		<input type="checkbox"/>
		1 kg	Mehl		<input type="checkbox"/>
		–	Thunfisch in Dose		<input type="checkbox"/>
		–	Bohnen in Dose		<input type="checkbox"/>
		–	Erbsen in Dose		<input type="checkbox"/>
		–	Mais in Dose		<input type="checkbox"/>
		–	Spargeln in Dose/Glas		<input type="checkbox"/>
		–	Pellati		<input type="checkbox"/>
		–	Tomatenpüree		<input type="checkbox"/>
		–	Oliven		<input type="checkbox"/>
		–	Kapern		<input type="checkbox"/>
		–	Instant-Suppen		<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
Fleisch-/Wurstwaren					
		–	Bratspeck		<input type="checkbox"/>
		–	Salami		<input type="checkbox"/>
		–	Schinken (roh/gekocht)		<input type="checkbox"/>
		–	Würstchen		<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
Öl, Gewürze					
		–	Öl		<input type="checkbox"/>
		–	Essig		<input type="checkbox"/>
		1 Streuer	Salz	evt. von zu Hause mitnehmen	<input type="checkbox"/>
		1 Streuer	Pfeffer	evt. von zu Hause mitnehmen	<input type="checkbox"/>
		1 Streuer	Oregano	evt. von zu Hause mitnehmen	<input type="checkbox"/>
		1 Streuer	Rosmarin	evt. von zu Hause mitnehmen	<input type="checkbox"/>
		1 Streuer	Paprika	evt. von zu Hause mitnehmen	<input type="checkbox"/>
		1 Streuer	Curry	evt. von zu Hause mitnehmen	<input type="checkbox"/>
		1 Tube	Senf		<input type="checkbox"/>
		1 Tube	Mayonnaise		<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>

©2009, 4-Oceans GmbH

Proviantliste

Schiff _____ Anzahl Pers. _____ Anzahl Tage _____ Datum _____

Seite 3

Menge	Einheit Gebinde	Richtwert 14 Tage/6 Pers.	Beschreibung	Bemerkungen (z.B. Aroma, Sorte, Marke)	<input checked="" type="checkbox"/>
Gemüse (je nach Saison und Marktangebot)					
		3 kg	Kartoffeln		<input type="checkbox"/>
		2 kg	Zwiebeln		<input type="checkbox"/>
		3 Stück	Knoblauch		<input type="checkbox"/>
		1 kg	Karotten		<input type="checkbox"/>
		1 kg	Gurken		<input type="checkbox"/>
		2 kg	Tomaten		<input type="checkbox"/>
		–	Auberginen		<input type="checkbox"/>
		–	Zuccetti		<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
Früchte (je nach Saison und Marktangebot)					
		2 kg	Bananen		<input type="checkbox"/>
		1 kg	Äpfel		<input type="checkbox"/>
		1 kg	Orangen		<input type="checkbox"/>
		1 kg	Zitronen		<input type="checkbox"/>
		–	Pfirsiche, Nektarinen		<input type="checkbox"/>
		–	Melonen		<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
Snacks					
		–	Chips		<input type="checkbox"/>
		–	Salzstangen		<input type="checkbox"/>
		–	Schokolade		<input type="checkbox"/>
		–	Kekse		<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>
Haushalt					
		1 Rolle	Alufolie		<input type="checkbox"/>
		1 Rolle	Klarsichtfolie		<input type="checkbox"/>
		8 Rollen	Haushaltspapier		<input type="checkbox"/>
		1 Rolle	Kehrriechsäcke		<input type="checkbox"/>
		1	Abwasmittel		<input type="checkbox"/>
		1	Abwaschbürste		<input type="checkbox"/>
		1	Abwaschschwamm		<input type="checkbox"/>
		–	Putzlappen	für Küche, je 1 pro Nasszelle	<input type="checkbox"/>
		12 Rollen	Toilettenpapier		<input type="checkbox"/>
		1 Flasche	Toiletten-Reinigungsmittel		<input type="checkbox"/>
		–	Streichhölzer		<input type="checkbox"/>
		–	Kerzen		<input type="checkbox"/>
					<input type="checkbox"/>

