

2018 – Lebensmittel vom Schellehof (alles bio-zertifiziert, außer Lebensmittel mit *)

Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez	Jan	Feb	Mrz	Häufigkeit x Mengen pro Woche / Ernteteil
	Kartoffel											48 x 1200 g - frei
						Möhre						25 x 400 g - frei
						Pastinake						4 x 400 g
		Fenchel										7 Stück
		Frühlingszwiebel								Porree		10 x 4 Stück - frei
		Salat										20 x 1 Bund
								Zwiebel				17 x 4 Stück - frei
								Wintersalat				25 x 1 Kopf - frei
	Spinat											15 x 150 g
						Mangold						12 x 480 g - frei
				Tomaten								12 x 350 g - frei
	Gurke											10 x 500 g
					Paprika							15 x 1-2 Stück
	Kohlrabi											10 x 3-5 Stück
						Mai-/Herbstrübe						19 x 1 Stück
			Radies					Rettich				4 x 1 Bund
									Rote Bete			12 x 1 Stück/Bund
		Bohnen Zuckerbönsen										12 x 1 Stück - frei
								Kürbis				12 x (insg. 3-4 kg)
			Zucchini Patisson									12 x 1 Stück
										Knollensellerie		12 x 1 Stück
		Kohl										32 Köpfe + 6 kg
	Getreide Mehl, Grieß Schrot wöchentlich nach Bedarf	Brot wöchentlich nach Bedarf	Brötchen* wöchentlich nach Bedarf	Eier, Henne, Bruderhahn 5 Eier/Woche 1 x Fleisch/Jahr	Fleischpakete Gans Schaf Rind	Obst vielleicht / selber pflücken						



Bedarfsmeldung für meinen Haushalt in der 5. SoLaWi-Saison (01.04.2018 - 31.03.2019)

Ernteteiler (Vorname, Nachname)

ET-Nr.

Depot

Personen im Haushalt

Gemüse

_____ [1] saisonale/s Gemüsepaket/e

jede Woche saisonales Gemüse, z.B.:
Paprika, Tomate, Gurke, Kohlrabi, Kohlgemüse, Sellerie,
Zucchini, Kürbis, Fenchel, Bohnen, Rettich, Radies,
Rübe, Pastinake

Menge pro Paket: Orientierung in Hofprodukteübersicht

ohne Kohlgemüse

- _____ [1200] g/VW Kartoffeln
- _____ [500] g/VW Möhren
- _____ [4] Stück/VW Porree
- _____ [4] Stück/VW Zwiebeln
- _____ [1] Stück/VW Kopfsalat
- _____ [480] g/VW Spinat
- _____ [350] g/VW Mangold
- _____ [1] Stück/VW Rote Bete

Getreide & Backwaren

- Getreide, Mehl, Grieß
- _____ [1] Stück/VW Brot
- _____ [6] Stück/VW Brötchen
- nur „weizenfreie“ Produkte
(aus produktionstechnischen Gründen kann nicht
ausgeschlossen werden, dass in allen Getreideprodukten
Weizenbestandteile enthalten sind)

Tierische Produkte

- _____ HEH-Paket*: Henne + ca. 250 Eier + Hahn / Jahr
(*pro Paket ist eine Anleihe von 150 € fällig)
- _____ Rindfleischpaket/e (ca. 5 kg) pro Jahr
- _____ Lammfleischpaket/e (ca. 4 kg) pro Jahr
- _____ Martinsgans (ca. 3-4 kg) pro Jahr
- _____ Weihnachtsgans (ca. 4-5 kg) pro Jahr
- Interesse an Wurst Honig Öl Nudeln

VW = Verteilwoche | Durchschnittswerte sind in [Klammern] angegeben