

Wir bitten um Rücksendung der Bestellung bis Montagabend 22 Uhr .

Gemüseliste

15.03.2018	LAND	GEBINDE	PREIS €
Apfel Elstar	Deutschland	pro kg	5,79
Apfel Marnica	Deutschland	pro kg	5,55
Apfel Jonagored	Deutschland	pro kg	5,25
Birnen	Italien	pro kg	5,55
Bananen	Dom Rep/Ec	pro kg	2,85 – 3,39
Clementinen	Spanien	pro kg	4,35 – 4,55
Orangen	I/E	pro kg	2,50
Saftorangen	Italien	pro kg	2,19
Grapefruit	Griechenland	pro kg	3,49
Walnüsse	Frankreich	pro 100 g	1,30
Erdnüsse i.d. Schale	ET	pro 100 g	0,95
Kiwi	Frankreich	pro Stück	0,79
Avocados	Spanien	pro Stück	2,19
Ingwer	Peru	pro 100 g	1,10
Knoblauch	Spanien	pro 100 g	1,30
Zitronen	I/E	pro 100 g	0,60
Ananas ca. 1,1 kg	CR	pro Stück	3,69
Mango Kent ca. 400 g	Peru	pro Stück	2,45
Radieschen	Italien	pro Bund	1,85
Rettich	Italien	pro Stück	4,35
Süßkartoffeln	Spanien	pro kg	4,89
Auberginen	Spanien	pro kg	6,95
Paprika rot	Spanien	pro kg	8,15
Ramiro rot Spitzpaprika	Spanien	pro 180 g	2,99
Schlangengurke	Spanien	pro Stück	1,99 – 2,25
Strauchtomaten	Spanien	pro kg	4,20 – 4,55
Cherrytomaten rot	Spanien	pro 100 g	0,90
Zucchini	Spanien	pro kg	4,49
Brokkoli	Italien	pro kg	4,25
Chinakohl	Spanien	pro Stück	2,99
Kohlrabi	I/E	pro kg	1,50
Spitzkohl	Spanien	pro Stück	2,99
Weißkohl	Deutschland	pro kg	2,59
Rotkohl	Deutschland	pro kg	3,15
Mangold	Italien	pro kg	3,49
Fenchel	Italien	pro kg	4,40
Staudensellerie	Italien	Pro 400 g	2,55
Möhren	Deutschland	pro kg	2,10
Pastinaken	Deutschland	pro kg	4,59
Rote Bete	Deutschland	pro kg	2,35
Rote Bete (vakuum)	Deutschland	pro 500 g	3,89
Knollensellerie	Deutschland	pro Stück	2,65
Porree	D/I	pro kg	4,75 – 5,35
Zwiebeln	Deutschland	pro kg	2,50

Kartoffeln Linda	Deutschland	pro kg	2,55
Basilikum im Topf	Deutschland	pro Topf	2,29
Petersilie oder Schnittlauch im Topf	Deutschland	pro Topf	2,19
Steinchampignons	Deutschland	pro 100 g	1,35
Eisbergsalat foliert	Spanien	pro Stück	2,70
Chicoree	Deutschland	pro 100 g	1,10
Feldsalat	D//F	pro 100 g	2,70 – 3,10
Rucola gep.	Italien	pro 125 g	2,19
Alfalfasprossen	Deutschland	pro 150 g	2,79
Sprossensalat	Deutschland	pro 100 g	2,79
Sonnenblumensprossen	Deutschland	pro 150 g	2,79
Linsensprossen	Deutschland	pro 200 g	2,79
Mungbohnsensprossen	Deutschland	pro 100 g	2,79
Quinoa Sprossen	Deutschland	pro 100 g	2,79
Sauerkraut aus eigener Herstellung			
Eier			

Brot und Brötchen

Brotsorten	Gewicht	Preis €	
Emmer-Quinoa	750 g	6,20	pro Stück
Emmer pur	750 g	5,40	pro Stück
Roggenkruste	750 g	4,10	pro Stück
1000 Körner-Kruste	1000 g	5,20	pro Stück
10-Korn-Schrot	2000 g	5,60	pro kg
Dinkel-Schrotling	2000 g	6,20	pro kg
Dinkel-Roggen	750 g	5,20	pro Stück
Walnuss-Saftkorn	2000 g	5,90	pro kg
Hafer-Dinkel	750 g	5,20	pro Stück
Sonnensaftkorn	1000 g	4,99	pro Stück
Familienbrot Dinkel Amaranth	1250 g	5,90	pro Stück
Familienbrot-Roggensaft	1250 g	4,90	pro Stück
Familienbrot	1250 g	4,90	pro Stück
Familienbrot-Saatenfrisch	1250 g	4,90	pro Stück
Roggenmischbrot	1000 g	4,60	pro Stück
Nuss-Mandel-Brot	750 g	5,45	pro Stück
Haselnussbrot	750 g	5,20	pro Stück
Dinkelbrot	750 g	5,35	pro Stück
Dinkel Alles Drin	1000 g	5,50	pro Stück
Dinkel Spezial	750 g	5,35	pro Stück
Kürbis-Kamut	750 g	6,90	pro Stück
Roggenbrot	1000 g	4,60	pro Stück
Chia – Schrotling	2000 g	6,20	pro kg
Roggen Schrotling	2000 g	5,80	pro kg

Bauernbrot	1000 g	4,90	pro Stück
Kamutbrot	750 g	6,80	pro Stück
Kamut - Amaranth - Schrotling	2000 g	7,20	pro kg
Dinkel Vital	750 g	5,35	pro Stück
Uschi´s Bio Brot	1000 g	4,90	pro Stück
Quark - 7 - Korn	750 g	4,99	pro Stück
Einkorn Pur	750 g	5,40	pro Stück
Das Körnige Original	1000 g	5,20	pro Stück
Rosinenbrot	1000 g	6,90	pro Stück

Brötchensorten	Preis €	
Weizenbrötchen natur	0,60	pro Stück
Weizenmohnbrötchen	0,70	pro Stück
Weizensesambrötchen	0,70	pro Stück
Weizenvielsaatbrötchen	0,75	pro Stück
Plunderbrötchen	0,99	pro Stück
Müslibrötchen	1,10	pro Stück
Rosinenbrötchen	0,85	pro Stück
Kamutbrötchen	1,29	pro Stück
Doppeldeckerbrötchen	0,85	pro Stück
Apfel Nuss Happen	1,05	pro Stück
Sonnenblumenbrötchen	0,85	pro Stück
Kürbiskernbrötchen	0,85	pro Stück
Roggenbrötchen ohne Hefe	0,80	pro Stück
Dinkelbrötchen	0,95	pro Stück
Knusper-Käsestangen	1,55	pro Stück
Käsestangen	1,55	pro Stück
Butter - Croissant	1,35	pro Stück
Dinkel - Croissant	1,80	pro Stück
Dinkel-Saaten-Brötchen	1,05	pro Stück
Weizenbaguette Vollkorn m. Saaten	3,30	pro Stück
Weizenbaguette Vollkorn Natur	3,20	pro Stück

Tiefkühlliste

	Preis €	
Bio Lachs Filet	7,99	200g
10 Fischstäbchen	2,79	250 g
Beerenmischung	2,99	250 g
Pommes frites	2,35	600 g
Bunter Gemüsemix	2,59	450 g
Erbsen	2,89	450 g
Blattspinat	2,19	450 g
Pizza Margherita	4,45	300 g
Pizza Vegetaria	4,99	380 g
Pizza Spinaci	4,99	360 g
Pizza Tonno	5,49	350 g
Hackfleisch vom Rind	4,99	250 g
Hackfleisch gemischt	4,99	250 g
Hähnchenbrustfilet (pro Packung 2 Stück)	32,90	pro kg
Suppenhuhn	7,90	pro kg
Putenschnitzel (pro Packung 2 Stück)	33,90	pro kg
Grünkohl	2,15	450 g
Brechbohnen	2,25	450 g
Suppengemüse	2,25	450 g
Sandwich Eis	1,89	120 ml