FOODPACK MENÜ
DER KANU TRIP

DER KANU TRIP - SURVIVAL FOODPACK

Dieses Menü dient als Beispiel. Alle Zutaten können je nach Verfügbarkeit ausgetauscht werden.

DER KANU TRIP

FOODPACK FLEISCH

ANKUNFTSTAG

Fika: Zimtschnecken und Kaffee oder Tee
Mittagessen: Pasta Bolognese
Abendessen: Schwedische Fleischbällchen mit Kartoffelpüree

TAG 2

Frühstück: Knusper-Müsli
Mittagessen: Hühnchen-Curry
Abendessen: Reis mit Chili con Carne

TAG 3

Frühstück: Schwedisches Brot mit Marmelade
Mittagessen: Döner Eintopf
Abendessen: Leckere Hotdogs

TAG 4

Frühstück: Knäckebrot mit Schokocreme
Mittagessen: Taco Bowl
Abendessen: Ravioli

TAG 5

Frühstück: Blaubeer & Vanille Müsli
Mittagessen: Ramen Nudeln
Abendessen: Mexikanische Wraps

TAG 6

Frühstück: Schwedisches Brot mit Schokocreme
Mittagessen: Veggie Couscous
Abendessen: Pasta mit Pesto

TAG 7

Frühstück: Reiswaffeln mit schwedischem Käse
Mittagessen: Cremige Lachs-Pasta
Abendessen: Im Basecamp (optional zubuchbar)

ABREISETAG

Frühstück: Knäckebrot mit schwedischem Käse
Mittagessen: Hühnchen-Tikka-Masala

*Wenn du gerne mehr frische Zutaten möchtest, kannst du diese selbst mitbringen, um dein Foodpack zu ergänzen.

FOODPACK VEGGIE

ANREISETAG

Fika: Kanelbullar und Kaffee oder Tee
Mittagessen: Veggie Couscous
Abendessen: Tomaten-Linsen Pasta

TAG 2

Frühstück: Knusper-Müsli
Mittagessen: Asia Curry
Abendessen: Reis mit Curry und Linsen

TAG 3

Frühstück: Schwedisches Brot mit Marmelade
Mittagessen: Chilli Eintopf
Abendessen: Vegetarische Hotdogs

TAG 4

Frühstück: Knäckebrot mit schedischem Käse
Mittagessen: Thai Red Curry
Abendessen: Reis mit Curry und Kichererbsen

TAG 5

Frühstück: Blaubeeren & Vanille Müsli
Mittagessen: Kürbis-Mais-Eintopf
Abendessen: Mexikanische Veggie-Wraps

TAG 6

Frühstück: Schwedisches Brot mit Schokocreme
Mittagessen: Veggie-Couscous
Abendessen: Pasta mit Pesto

TAG 7

Frühstück: Reiswaffeln mit schwedischem Käse
Mittagessen: Mexikanische Quinoa
Abendessen: Am Basecamp (optional zubuchbar)

ABREISETAG

Frühstück: Knäckebrot mit schwedischem Käse
Mittagessen: Kartoffel Garam Masala

*Wenn du gerne mehr frische Zutaten möchtest, kannst du diese selbst mitbringen, um dein Foodpack zu ergänzen.

SNACKS IN DEINEM FOODPACK:

Erdnüsse	
Salami-Sticks	
Marshmallows	
Salzchips	
Gemüsechips	
Schokoladenriegel	
Nussmischung	
Müsliriegel	
Kaffee	
Tee	
Suppe	
Marmelade	
Pfeffer & Salz	
Apfel	
Karotte	

Veggie Foodpack

Wenn du gerne mehr frische Zutaten möchtest, bringe diese bitte selbst mit, um dein Foodpack zu ergänzen.

CAMPING MADE EASY BY TRAVELBASE.DE

BEREITE DEINE MAHLZEIT SCHNELL MIT DEINEM TRANGIA-KOCHSET ZU!

		MILCH	GLUTEN	SOJA	EIER	NÜSSE	ERDNÜSSE	SELLERIE	FISCH	SESAM
GETREIDE	BLAUBEER VANILLE MÜSLI	X	X							
	KNUSPER-MÜSLI	X								
VEGETARISCH	ASIA CURRY			X						
	CHILI EINTOPF			X						
	THAI ROTES CURRY			X						
	KÜRBIS-MAIS EINTOPF									
	COUSCOUS	X	X	X				X		
	KARTOFFEL GARAM MASALA	X		X						
FLEISCH	HÜHNCHEN CURRY		X							
	KEBAB EINTOPF TACO BOWL	X								
	RAMEN NUDELN		X	X	X			X		
	CREMIGE LACHS-NUDELN	X	X						X	
	PASTA BOLOGNESE		X	X				X		
	HÜHNCHEN TIKKA MASSALA									

ÜBERPRÜFE IMMER DAS PRODUKTETIKETT AUF DIE AKTUELLEN PRODUKTIONSINFORMATIONEN.

MÖCHTEST DU EIN FOODPACK WÄHREND DEINER REISE?

Hast du noch kein Kanu Trip Survival Foodpack, aber deine Meinung geändert? Schicke uns gerne eine E-Mail an info@derkanutrip.com, um es deiner Buchung hinzuzufügen (je nach Verfügbarkeit), oder mache es über dein persönliches Profil auf der Website.

Bis bald in Schweden!