

FOODPACK MENÜ DER KANU TRIP

DER KANU TRIP - SURVIVAL FOODPACK

Dieses Menü dient als Beispiel. Alle Zutaten können je nach Verfügbarkeit und 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: Expeditionsfrühstück

Mittagessen: Hühnchen-Curry

Abendessen: Reis mit Chili con Carne

TAG 3

Frühstück: Expeditionsfrühstück

Mittagessen: Cashew-Nasi

Abendessen: Leckere Hotdogs

TAG 4

Frühstück: Knäckebröt mit Schokocreme

Mittagessen: Hackfleisch-Eintopf

Abendessen: Ravioli

TAG 5

Frühstück: Knusper-Müsli

Mittagessen: Gulasch

Abendessen: Mexikanische Wraps

TAG 6

Frühstück: Knusper-Müsli

Mittagessen: Veggie-Couscous

Abendessen: Pasta mit Pesto

TAG 7

Frühstück: Knäckebröt mit schwedischem Käse

Mittagessen: Pasta Carbonara

Abendessen: Im Basecamp (optional zubuchbar)

ABREISETAG

Frühstück: Reiswaffeln mit schwedischem Käse

Mittagessen: Afrikanische Bobotie

*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: Pasta mit Champignons

Abendessen: Vegetarische Ravioli

TAG 2

Frühstück: Expedition Breakfast

Mittagessen: Pasta alle Noci

Abendessen: Reis mit Curry und Linsen

TAG 3

Frühstück: Expedition Breakfast

Mittagessen: Curry-Reis mit Obst

Abendessen: Vegetarische Hotdogs

TAG 4

Frühstück: Knäckebrot mit Schokoladencreme

Mittagessen: Cashew-Nasi

Abendessen: Reis mit Curry und Kichererbsen

TAG 5

Frühstück: Knuspermüsli

Mittagessen: Gemüse-Hotpot

Abendessen: Mexikanische Veggie-Wraps

TAG 6

Frühstück: Knuspermüsli

Mittagessen: Veggie-Couscous

Abendessen: Pasta Pesto

TAG 7

Frühstück: Knäckebrot mit schwedischem Käse

Mittagessen: Mexikanische Quinoa

Abendessen: Am Basecamp (optional zubuchbar)

ABREISETAG

Frühstück: Reiswaffeln mit schwedischem Käse

Mittagessen: Curry-Frucht-Reis

*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	EXPEDITION BREAKFAST	X	X			X	X			
	MUESLI	X	X			X	X			
VEGETARISCH	VEGETABLE HOTPOT	X		X		X	X			
	CURRY FRUIT RICE	X		X		X	X			
	CASHEW NASI	X	X	X		X	X			
	PASTA AI FUNGHI	X	X		X	X	X			
	PASTA ALLE NOCI		X		X	X	X			
	VEGGIE		X			X	X			
	COUSCOUS									
	QUINOA									
	MEXIOKO									
FLEISCH	GULASCH	X				X	X			
	MINCE BEEF	X	X			X	X			
	HOTPOT									
	CHICKEN	X				X	X			
	CURRY									
	SATE BABI	X	X	X		X	X			
	PASTA	X	X		X	X	X			
	CARBONARA									
	PASTA	X	X		X	X	X			
	BOLOGNESE									
	CHILI CON CARNE									
FISCH	PASTA AL SALMONE	X	X	X					X	

ÜBERPRÜFE IMMER DAS PRODUKTETIKETT AUF DIE AKTUELLEN PRODUKTIONSMITTELSINFORMATIONEN.



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!