

# Einkauf für Sitzungen

---

## Allgemeine Informationen:

- Temperaturen beachten: im Sommer eher mehr Getränke, leichtere Snacks, mehr Obst
- Menge abhängig von Sitzungslänge (bei vielen/langen TO-Punkten eher mehr einkaufen, Nervennahrung)
- auf Allergien, Unverträglichkeiten, Vorlieben achten
  - weniger Frischkäse-Aufstriche, mehr vegane Aufstriche
  - auch Cola, da nicht jeder Mate mag
  - ausgewogene Mischung an Brötchen
  - Kauf von stillem Wasser unnötig, da auch Leitungswasser zur Verfügung steht
- wenn möglich: saisonal, regional, Bio
- Budget: um die 30-40 Euro
- Snacks nach Bedarf, persönlicher Einschätzung

## Hinweise:

- vor Einkauf Kühlschrank und Sitzungsraum auf „Reste“ checken
- Pfand, wenn möglich, mitnehmen
- verderbliche Verpflegung, die sich nicht bis zur nächsten Sitzung hält, untereinander aufteilen
- Bollerwagen kann genutzt werden (NP ist gleich um die Ecke)
- Schlüssel für Sitzungsraum im Schlüsselkasten

## Abrechnung Sitzungsverpflegung:

- immer an Quittung denken!!!
- Quittung kopieren, original anheften und mit Datum beschriften
- Kontodaten beilegen (auf Extrazettel)
- in Finanzer-Fach legen

Wenn der Einkauf nicht vorgestreckt werden kann, können wir auf der vorhergehenden Sitzung eine Möglichkeit für eine Art Vorfinanzierung bzw. Darlehen finden.

## Vorschlag für eine Einkaufsliste:

### Essen:

- 3-4 Sorten Obst (Bananen, Äpfel usw.)
- 1- 2 Rohkost (Möhren, Gurke, Snacktomaten u.ä.)
- 15-20 Brötchen, 1 Brot
- 2-3 vegane/vegetarische Aufstriche (Aubergine, Kidneybohnen, Rote Bete, Papaya-Mango, Tomate u.ä.)
- 1 Frischkäse
- 1 Butter/Margarine (hier auch mal in den Kühlschrank schauen, ob noch welche da ist)
- 1- 2 Käseaufschnitt

### Snacks: (ca. 2-3)

- Kekse, Waffeln
- veggie Gummibären
- Nüsse

### Getränke:

- 1- 2 Säfte
- 6 x Wasser mit Sprudel
- 1 Kasten Mate
- 2 x Cola
- 1 Kasten Brause/Limonade