

# MONGOLEI

## MONGOLEI

Familie Batsuuri aus  
Ulaanbaatar

### EIN WOCHENBEDARF IM MAI

Gesamtausgaben für Lebens- und Genussmittel in einer Woche: ca. 31 EUR

Getreide und andere stärkehaltige Lebensmittel	7 kg Brot   5 kg Kartoffeln   2 kg Reis   2 kg Nudeln   1 kg Weißmehl
Milchprodukte	3 l Milch   500 g holländischer Käse* (wird selten gekauft, ist teuer und gilt als Luxusware)
Fleisch, Fisch und Eier	3,1 kg Rindfleisch   2 kg Hammelfleisch   700 g Dauerwurst   30 große Eier   200 g Kilka (ein sardellenartiger Fisch in der Dose)   150 g Sprotten (Dose)
Obst, Gemüse, Nüsse	2 kg Äpfel   1 kg Mandarinen   2,4 kg Gurken   1,5 kg Weißkohl   1 kg Möhren   1 kg Tomaten   1 kg Pastinaken   500 g Zwiebeln   500 ml Gemüsekonserven   50 g Knoblauch
Öle, Würzmittel und Saucen	1 kg weißer Zucker   500 ml Öl   1 kg Margarine   250 g Salz   125 g Ketchup   100 g Mayonnaise   25 ml Sojasauce
Snacks und Süßigkeiten	3 kg Gebäck   500 g Trockenmilch (gepresst, wird als Süßigkeit gegessen)
Getränke	1,25 l Bier (Regzen trinkt zu Hause keinen Alkohol, wohl aber mit Freunden)   125 g indischer Schwarztee   Leitungswasser zum Trinken und Kochen
Sonstiges	2 Päckchen Zigaretten

