

# TSCHAD

## TSCHAD

Familie Aboubakar im  
Lager Breidjing

### EIN WOCHENBEDARF IM NOVEMBER

Gesamtausgaben für Lebens- und Genussmittel in einer Woche: ca. 1 EUR

<b>Getreide und andere stärkehaltige Lebensmittel</b>	17,9 kg ungemahlene Hirse   2,1 kg Mais-Soja-Gemisch – beides Zuteilungen der Hilfsorganisationen
<b>Milchprodukte</b>	Stehen den Flüchtlingen nicht zur Verfügung
<b>Fleisch, Fisch und Eier</b>	255 g getrocknetes Ziegenfleisch mit Knochen   200 g getrockneter Fisch   Hinweis: Zu besonderen Anlässen, wie dem Ende des Fastenmonats Ramadan, kaufen mehrere Familien gemeinsam ein Tier, das sie schlachten und aufteilen. Ein Teil des Fleisches wird frisch in der Suppe gegessen, der Rest getrocknet
<b>Obst, Gemüse, Nüsse</b>	5 kleine Limonen   2,1 kg Hülsenfrüchte (Zuteilung)   450 g rote Zwiebeln   227 g Knoblauch   142 g getrocknete Okraschoten   142 g getrocknete Paprikaschoten   142 g getrocknete Tomaten
<b>Öle, Würzmittel und Saucen</b>	2,1 l Sonnenblumenöl   630 g weißer Zucker   210 g Salz (Zuteilungen)   341 g Chilischoten   114 g Ingwerknolle
<b>Getränke</b>	294 l Wasser, durch die Organisation Oxfam bereitgestellt, für alle Bedürfnisse.

