

Indkøbsliste matchende 3 dage med Madskoler 2025

- Madskole med 30 personer

Indkøbslisten passer til én Madskole med 30 personer (fx 28 børn 6 instruktører), hvor alle opskrifter laves **6 gange**. Indkøbene er opdelt for hhv. kolonial, frugt & grøntsager og køle- og frostvarer. Derudover er der en liste med standardvarer. Det anbefales at købe standardvarer samt alt kolonial samlet mens frugt, grønt og kølevarer købes løbende, alt efter, hvor meget opbevaringsplads, der er på skolen, og hvornår det skal bruges. Husk at tjekke holdbarheden, når i handler!

Vælg så vidt muligt danske og Nøglehulsmærkede fødevarer, når I handler

Kolonial – til alle dage				
Produkt	Mængde, der skal bruges jf. opskrifterne	Indkøb		✓
Olie	45 spsk.	1	Flaske á 1 liter	
Flåede tomater	6 dåser	6	Dåser á 400 gram	
Fuldkornsmel	900 gram	1	Pose á 1kg	
Havregryn	600 gram	1	Pose á 1 kg	
Honning	12 tsk.	1	Bøtte á 425 gram	
Hvedemel	3.360 gram	2	Poser á 2 kg	
Hørfrø	300 gram	1	Pose á 400 gram	
Kakaopulver	24 spsk.	1	Pose á 100 gram	
Kokosolie	12 spsk.	1	Glas á 250 ml	
Oregano	12 tsk.	1	Bøtte á 10 gram	
Paprika	5 spsk.	1	Bøtte á 45 gram	
Peber		1	Pakke á 100 gram	
Rosiner	300 gram	2	Pose á 250 gram	
Rugmel	600 gram	1	Pose á 1 kg	
Rugbrød	60 skiver	6	Poser á 500 gram	
Salt		1	Pakke á 1 kg	
Solsikkekerner	300 gram	1	Pose á 400 gram	
Sorte bønner på dåse	6 dåser	6	Dåser á 252 gram	
Sukker	9 dl	1	Pose á 1 kg	
Sød sennep	6 spsk.	1	Tube á 400 gram	

Køle- og frostvarer – til alle dage				
Produkt	Mængde, der skal bruges jf. opskrifterne	Indkøb		✓
Gær	300 gram	6	Pakker á 50 gram	
Hakket gris og kalv, 8-12% fedt	1.800 gram	4	Pakker á 500 gram	
Hytteost	750 gram	2	Bøtter á 450 gram	
Kærnemælk	6 dl	1	Karton á 1 liter	
Minimælk	43,5 dl	5	Kartoner á 1 liter	
Revet ost (mild 17%)	900 gram	5	Poser á 200 gram	
Smør	1.200 gram	6	Pakker á 200 gram	
Æg	90 stk.	12	Bakker á 8 stk.	

Frugt og grønt– til alle dage				
Produkt	Mængde, der skal bruges jf. opskrifterne	Indkøb		✓
Citron	3 stk.	3	Stk.	
Friske dadler	1.200 gram	4	Poser á 300 gram	
Gulerødder	4.500 gram	5	Poser á 1 kg	
Hvidløg	6 fed	1	Stk.	
Kartofler	6.000 gram	6	Poser á 1 kg	
Løg	30 stk.	2	Net á 1 kg	
Peberfrugt	6 stk.	6	Stk.	
Porre	3 stk.	3	Stk.	
Purløg	1,5 bundt	2	bundt	
Pærer	12 stk.	12	Stk.	
Spidskål	6 stk.	6	Stk.	
Snittet grønkål	300 gram	2	Pose á 250 gram	
Squash	6 stk.	6	Stk.	
Tomater	36 stk.	6	Pakker á 6	
Æble	66 stk.	66	Stk.	

Standardvarer og materialer

Nedenfor ses de standardvarer og materialer, der skal bruges i løbet af Madskolen. Spørg skolen, om I må bruge nogle af deres standardvarer fx sæbe og opvaskemiddel inden I handler.

Standardvarer og materialer – til alle dage				
Produkt	Mængde, der skal bruges jf. opskrifterne	Indkøb		✓
Muffinsforme	60 stk.	3	Pakke á 24 stk.	
Skraldeposer		1	Pakker á 90 stk.	
Opvaskesæbe		6	Stk.	
Opvaskebørste		6	Stk.	
Grydesvampe (skuresvampe)		1	Pakke á 10 stk.	
Handsæbe		6	Stk.	
Køkkenruller		1	Pakke á 4 stk.	
Husholdningsfilm		1	Stk.	
Bagepapir		1	Stk.	
Madpapir (mellemlægspapir)		1	Pakke á 500 stk.	
Sølvpapir		1	Stk.	
Elastikker		1	Pakke á 300 stk.	
Tabs til opvaskemaskine		1	Pakke á 40 stk.	
Toiletpapir		1	Pakke á 6 stk.	
Fryseposer, 4 liter		1	Rulle á 100 stk.	
Plaster (evt. en førstehjælpskasse)		1	Pakke á 22 stk.	