

Liebe Kunden,

das Sächsische Staatsministerium für Energie, Klimaschutz, Umwelt und Landwirtschaft hat eine Empfehlung ausgesprochen, welche Lebensmittel in welchen Mengen in unseren Haushalten bevorratet sein sollten, um bei einem Stromausfall oder in anderen Ausnahmesituationen ein Zeitfenster von ungefähr 3 Tagen mit Lebensmitteln aus eigenen Beständen überbrücken zu können. Gern stellen wir Ihnen diese Informationen zur Verfügung.



Hier ist Heimat.

Haushaltsbevorratung für 3 Tage:

Lebensmittelgruppe	Beispiele	2 Personen	4 Personen
Getreideprodukte		1,80 kg	3,60 kg
	Vollkornbrot		
	Zwieback		
	Knäckebrot		
	Nudeln		
	Reis		
	Hafer-/Getreideflocken		
	Kartoffeln		
Gemüse Hackfrüchte		2,40 kg	4,80 kg
	Bohnen in Dosen		
	Erbsen/Möhren in Dosen		
	Rotkohl in Dosen/Gläsern		
	Sauerkraut in Dosen		
	Spargel in Gläsern		
	Mais in Dosen		
	Pilze in Dosen		
	Saure Gurken im Glas		
	Rote Bete		
	Zwiebeln, frisch		
Obst		1,20 kg	2,40 kg
	Kirschen im Glas		
	Birnen in Dosen		
	Aprikosen in Dosen		
	Mandarinen in Dosen		
	Ananas in Dosen		
	Rosinen		
	Haselnusskerne		
	Trockenpflaumen		
	Frischobst		
	Apfel roh		

Lebensmittelgruppe	Beispiele	2 Personen	4 Personen
Obst		1,20 kg	2,40 kg
	Banane roh		
	Orange roh		
Getränke		12,0 l	24,0 l
	Mineralwasser		
	Kaffee (Pulver)		
	Zitronensaft		
	inkl. 0,5 l Wasser zum Kochen proTag		
Milch Milchprodukte		1,20 kg	2,40 kg
	H-Milch		
	Hartkäse		
Fisch Fleisch Eier		0,6 kg	1,20 kg
	Thunfisch in Dosen		
	Ölsardinen in Dosen		
	Heringsfilet in Soße		
	Corned Beef in Dosen		
	Bockwürstchen im Glas		
	Kalbsleberwurst im Glas		
	Dauerwurst		
	Eier		
Fette Öle		0,210 kg	0,420 kg
	Streichfett		
	Butter		
	Margarine		
	Öl		
Sonstiges nach Belieben			
	Zucker		
	Salz		
	Mehl		
	Süßstoff		
	Honig		
	Marmelade		
	Schokolade		
	Fertiggerichte		
	Brühe		
	Kakaopulver		
	Salzstangen		
Nicht zu vergessen			
	Nahrung und Streu für Haustiere, Medikamente/Hausapotheke, Hygieneartikel – Seife, Müllbeutel, Toilettenpapier, Desinfektionsmittel, Reservebatterien, Kerzen, Teelichter, Streichhölzer, Feuerzeug, Taschenlampe, Campingkocher mit Brennmaterial		