

Speise/Gang	Komponente	Menge pro Person
Suppe	als Vorspeise	250 ml
	als Hauptgang/Eintopf	500 ml
Fleisch (Rohgewicht)	Hackfleisch	100 g
	Kurzgebratenes	125 - 200 g
	Gulasch oder Ragout	100 - 150 g
	Braten ohne Knochen	125 - 150 g
Geflügel	ausgenommen	300 - 400 g
	ohne Knochen	100 - 150 g
Fisch	Filet	150 - 200 g
	ganze Fische	250 g
Soße		80 - 100 ml
Kartoffeln (Rohgewicht)	Salzkartoffeln	200 - 250 g
	Pellkartoffeln	200 - 250 g
	Pommes Frites	150 - 200 g
Klöße	Hauptgericht	200 - 250 g
	Beilage	180 g
Nudeln (roh)	Hauptgericht	100 - 130 g
	Beilage	80 g
Reis	Hauptgericht	60 - 80 g
	Beilage	50 - 60 g
Gemüse (geputzt)	Hauptgericht	300 - 350 g
	Beilage	200 - 250 g
	Rohkost	80 - 100 g
Salat	Blattsalat	50 g
	aus gegartem Gemüse	150 g
	Nudel- oder Kartoffel- salat als Beilage	200 g
Quiche pikant Ø 26 - 28 cm	Vorspeise	12 Personen
	Hauptgericht	3 - 4 Personen
Blechkuchen	Vorspeise	16 -18 Personen
	Hauptgericht	5 - 6 Personen
Käse	zum Abschluss	50 - 100 g
Dessert	frisches Obst	120 - 200 g
	Pudding, Quarkspeise	150 g
	Eis	200 g
Kuchen		1,5 - 2 Stück

Quelle: Hof Direkt 6/2002