

**Ungekühlt gelagerte Lebensmittel:**

- Brot (hell und Vollkorn)
- Knäckebrötchen
- Haferflocken
- Reis- und Maiswaffeln

**Obst & Gemüse:**

- Äpfel
- Bananen
- Tomaten
- Karotten
- Gurken

**Konserven & haltbare Produkte:**

- Erbsen und Möhren (Dose)
- Linsensalat (Glas)
- Thunfisch (Dose, in Öl)
- Fertigsuppen
- H-Milch (geöffnet: sofort verbrauchen)
- Zwieback
- Marmelade
- Honig

**Nicht mehr verwendbar:**

- Fleisch und Wurstwaren
- Frische Milchprodukte (Joghurt, Käse, Quark)
- Tiefkühlprodukte

---

**NOTIZKARTE****VERFÜGBARE LEBENSMITTEL**

