

Kochen für große Gruppen

Die Mengenangaben sind Erfahrungswerte aus der Praxis. Ist 'von-bis' angegeben, dann steht die erste Zahl für 'den kleinen Hunger', z.B. für jüngere Kindergruppen, die zweite für 'den großen Hunger'. Welche Mengen tatsächlich gekauft und zubereitet werden müssen, hängt oft ab vom Wetter, vom 'Programm' während der Freizeit, vom Gericht selbst oder von der Gruppenzusammenstellung, z.B. mehr Mädchen oder mehr Jungen. So darf es z.B. bei einem Nudelgericht immer ein bisschen mehr sein als bei einem Linseneintopf. Manche Zutaten spalten die Gruppe z.B. Pilze, Maiskörner, etc. - die einen lieben sie, die anderen picken sie umständlich aus der Soße heraus. Die hohe Kunst zeigt sich in der gekonnten und bewußt geplanten Resteverwertung (Pellkartoffen ⇒ Bratkartoffeln, Reisbeilage ⇒ Suppeneinlage).

Mengenangaben pro Person und Mahlzeit

		1 Person	4 Personen	20 Personen	40 Personen
Hauptgericht	Teigwaren (roh)	100-125 g	400-500 g	2-2,5 kg	4-5 kg
	Reis (roh)	80-125 g	320-500 g	1,6-2,5 kg	3,2-5 kg
	Kartoffeln (roh)	400 g	1,6 kg	8 kg	16 kg
	Gemüse	250-400 g	1-1,6 kg	5-8 kg	10-16 kg
	Toast (Hawaii)	2,5-4	10-14	50-70	100-14
Beilage	Teigwaren (roh)	75 g	300 g	1,5 kg	3 kg
	Reis (roh)	50-70 g	200-280 g	1 kg	2 kg
	Kartoffeln (roh)	250 g	1 kg	5 kg	10 kg
	Kartoffelbrei	170 g	680 g	3,4 kg	6,8 kg
	Kartoffelsalat	150 g	600 g	3 kg	6 kg
	Gemüse frisch	200-250 g	800-1000 g	4-5kg	8-10 kg
	Gemüse TK	150-200 g	1 kg	3-4 kg	6-8 kg
	Hülsenfrüchte	80 g	320 g	1,6 kg	3,2 kg
Pommes Frites TK	200g	800g	4kg	8 kg	
Gemüse für Salat	Blattsalat	80-125 g	320-500 g	1,6-2,5 kg	3,2-5 kg
	Rohkost	50 g	200 g	1 kg	2 kg
	Salatgurke	100-150 g	400-600 g	2-3 kg	4-6 kg
		1/6	2/3	ca. 3	ca. 6
Suppe als Vorgericht	Suppe als Hauptgericht/Eintopf	200-250 ml	800-1000 ml	4-5 l	8-10 l
	Teigwaren als Suppeneinlage	450-650 ml	1,8-2,6 l	9-13 l	18-26 l
	Reis als Suppeneinlage	15 g	60 g	300 g	600 g
		20 g	80 g	400 g	800 g
Fisch mit Gräten	Fischfilet	200-300 g	1 kg	4-6 kg	8-12 kg
		150-200 g	600-800 g	3-4 kg	6-8 kg
Fleisch mit Knochen	Fleisch ohne Knochen	150-200 g	600-800 g	3-4 kg	6-8 kg
	Hackfleisch	80-120 g	320-480 g	1,6-2,4 kg	3,2- 4,8 kg
		80-100 g	320-400 g	1,6-2 kg	3,2-4 kg
Soßen		1/8 l	1/ 2 l	2,5 l	5 l
Brot	zum Frühstück	100 g	400 g	2 kg	4 kg
	zum Abendessen	150 g	600 g	3 kg	6 kg
	für Lunchpakete	300-400 g	1,2-1,6 kg	6-8 kg	12-16 kg
Margarine/Butter	40 g	160 g	800 g	1,6 kg	
Marmelade, Nutella, Honig	50 g	200 g	800 g	2 kg	
Wurst (Abendessen)	70-90 g	280-360 g	1,4-1,8 kg	2,8-3,6 kg	
Käse als Aufschnitt (Abendessen)	70-90 g	280-360 g	1,4-1,8 kg	2,8-3,6 kg	
Obst als Nachtisch	Quark für Quarkspeise	50-70 g	200-280 g	1-1,4 kg	2-2,8 kg
	Frisches Obst	75-100 g	300-400 g	1,5-2 kg	3-4 kg
	Creme	150-200 g	600-800 g	3-4 kg	6-8 kg
	Milchreis	1/4 l	1 l	5 l	10 l
		70 g	280 g	1,4 kg	2,8 kg
Getränke pro Mahlzeit		1/4-1/2 l	1 l	5-10 l	10-20 l
Tagesration Getränke		1,5-2,5 l	6-10 l	30-50 l	60-100 l