



Firma  
Gesund & Munter Ökokiste

DE-65232 Taunusstein-Neuhof  
Hof Ardema 1 DE-ÖKO-006

06128-970386



06128-970-387



info@gesund-und-munter.com

http://www.gesund-und-munter.com



## 2118 Wochenliste

von 21.05.2018 bis 27.05.2018  
ausgegeben am 16.05.2018

**Bio-Kontrollstelle DE-ÖKO-006**  
**Bioland-Betriebsnr. 60395**

**Preis & Angebot freibleibend.**  
**Irrtum vorbehalten**

**db, dd, dn, eg-bio etc. i.U. = Verbandskürzel werden immer kleingeschrieben für Umstellungsware.**  
**Diese Waren sind hergestellt im Rahmen der Umstellung auf den ökologischen Landbau**

### Gemüse

Bestellung				
1 .....	kg	Spinat aus der Region - Bioland	aus der Region	7,49 € /kg Bioland
3 .....	100g	Babyspinat 100g aus der Region - Bioland	aus der Region	2,19 € /100g Bioland
220 .....	kg	Paprika rot Holland - Demeter Internationa	Holland	11,69 € /kg Demeter Internationa
224 .....	Stück	Bratpaprika 200g Beutel Spanien - IFOAM-Akkreditierung	Spanien	2,99 € /Stück IFOAM-Akkreditierung
230 .....	kg	Zucchini Spanien - Demeter Internationa	Spanien	3,89 € /kg Demeter Internationa
Falls wir mal kein Rezept für Zucchini für Sie haben, empfehlen wir in der Zucchini Saison das "Erste-Hilfe-Handbuch für die Zucchini-Schwemme", :) ISBN 978-3-89566-346-8 Einfach unverzichtbar für alle, die in Zucchini ertrinken oder die Ökokiste sch				
236 .....	kg	Auberginen Graffiti '200-400g Spanien - EG-Kontrolliert	Spanien	5,89 € /kg EG-Kontrolliert
240 .....	Stück	Avocados - Sorte Hass Spanien - EG-Kontrolliert	Spanien	2,29 € /Stück EG-Kontrolliert
400 .....	kg	Möhren Deutschland Deutschland - Bioland	Deutschland	3,99 € /kg Bioland
401 .....	kg	MÖHREN VIOLETT aus der Region - Bioland	aus der Region	3,19 € /kg Bioland
410 .....	kg	Sellerieknollen aus der Region - Bioland	aus der Region	2,49 € /kg Bioland
412 .....	Stück	Staudensellerie 350g/Stück Spanien - EG-Kontrolliert	Spanien	2,49 € /Stück EG-Kontrolliert
420 .....	kg	Rote Bete rund Deutschland - Bioland	Deutschland	3,09 € /kg Bioland
430 .....	kg	Ingwer frisch Peru - Bio-dynamisch	Peru	13,09 € /kg Bio-dynamisch
445 .....	kg	Süßkartoffeln Deutschland - Bioland	Deutschland	6,09 € /kg Bioland
455 .....	Stück	Radieschen, im Bund aus der Region - Bioland	aus der Region	1,99 € /Stück Bioland
479 .....	100g	Gemüsespargel aus der Region - Bioland	aus der Region	1,29 € /100g Bioland
600 .....	Stück	Blumenkohl Spanien - Demeter Internationa	Spanien	3,49 € /Stück Demeter Internationa
610 .....	Stück	Kohlrabi grün G&M - Bioland	G&M	2,29 € /Stück Bioland



Firma  
Gesund & Munter Ökokiste

DE-65232 Taunusstein-Neuhof  
Hof Ardema 1 DE-ÖKO-006

06128-970386



06128-970-387



info@gesund-und-munter.com



http://www.gesund-und-munter.com



## 2118 Wochenliste

von 21.05.2018 bis 27.05.2018  
ausgegeben am 16.05.2018

615	.....Stück	Chinakohl ca.600g- 1000gStück	Deutschland - EG-Kontrolliert	Deutschland	4,49 € /kg
635	.....kg	Spitzkohl ca. 600-1000g	Deutschland - Bioland	Deutschland	5,79 € /kg
645	.....kg	Weißkohl 0,8-2kg	aus der Region - Bioland	aus der Region	2,39 € /kg
655	.....Stück	Sauerkraut im Beutel 500g	Deutschland - Bioland	Deutschland	2,29 € /Stück
800	.....kg	Zwiebeln	aus der Region - Bioland	aus der Region	2,99 € /kg
805	.....Bund	Bundzwiebeln	aus der Region - Bioland	aus der Region	2,49 € /Bund
815	.....kg	Knoblauch	Spanien - Demeter Internationa	Spanien	12,99 € /kg
820	.....kg	Porree/Lauch	aus der Region - Bioland	aus der Region	4,79 € /kg
1000	.....100g	Steinchampignons 100g	aus der Region - Bioland	aus der Region	1,39 € /100g
1210	.....Stück	Batavia grün	aus der Region - Bioland	aus der Region	2,19 € /Stück
1215	.....Stück	Eichblatt grün	G&M - Bioland	G&M	2,29 € /Stück
1216	.....Stück	Eichblatt rot	aus der Region - Bioland	aus der Region	1,99 € /Stück
1245	.....Bd	Rucola im Bund 100g	G&M - Bioland	G&M	1,99 € /Bd
1265	.....Stück	Kopfsalat	G&M - Bioland	G&M	2,19 € /Stück
1400	.....Stück	Petersilie glatt im Bund	G&M - Bioland	G&M	1,79 € /Stück
1405	.....Stück	Schnittlauch im Bund	Deutschland - EG-Kontrolliert	Deutschland	2,29 € /Stück
1410	.....Stück	Kresse im Schälchen	Deutschland - Bioland	Deutschland	0,99 € /Stück
1415	.....Stück	Kerbel im Bund	G&M - Bioland	G&M	1,99 € /Stück
1465	.....Bd	Dill im Bund	G&M - Bioland	G&M	1,79 € /Bd
1485	.....Stück	Kräuter im Bund	G&M - Bioland	G&M	1,79 € /Stück

## Obst

2001	.....kg	Äpfel d. Saison süß säuerlich	Deutschland - db I.U.	Deutschland	5,95 € /kg
2096	.....kg	Äpfel Red Prince süß	Deutschland - db I.U.	Deutschland	6,95 € /kg
2250	.....kg	Birnen Argentinien - IFOAM-Akkreditierung	Argentinien	Argentinien	5,29 € /kg



Firma  
Gesund & Munter Ökokiste

DE-65232 Taunusstein-Neuhof  
Hof Ardema 1 DE-ÖKO-006

06128-970386



06128-970-387



info@gesund-und-munter.com

http://www.gesund-und-munter.com



## 2118 Wochenliste

von 21.05.2018 bis 27.05.2018  
ausgegeben am 16.05.2018

2500 .....kg	BananenEcuador - EG-Kontrolliert	Ecuador	3,29 € /kg EG-Kontrolliert
2600 .....Stück	Erdbeeren 250g aus der Region - Bioland	aus der Region	3,49 € /Stück Bioland
2604 .....Stück	Heidelbeeren 125g-SchaleSpanien - Naturland	Spanien	3,29 € /Stück Naturland
3000 .....kg	PfirsicheItalien - EG-Kontrolliert	Italien	9,95 € /kg EG-Kontrolliert
3401 .....Stück	Zitronen 100g Spanien - EG-Kontrolliert	Spanien	0,49 € /100g EG-Kontrolliert
3402 .....Stück	Limetten 100g Mexiko - EG-Kontrolliert	Mexiko	0,99 € /100g EG-Kontrolliert
3405 .....kg	OrangenSpanien - EG-Kontrolliert	Spanien	3,59 € /kg EG-Kontrolliert
3420 .....kg	Grapefruit Pink ca. 300g/SGriechenland - EG-Kontrolliert	Griechenland	4,79 € /kg EG-Kontrolliert
3630 .....100g	Zweigdatteln Deg.Nour 100gTunesien - Demeter Internationa	Tunesien	0,99 € /100g Demeter Internationa
3805 .....Stück	Mango Amelie.Fairtrade 330gBurkina Faso - EG-Kontrolliert	Burkina Faso	1,69 € /Stück EG-Kontrolliert
3828 .....Stück	Kiwi grün 100gGriechenland - IFOAM-Akkreditierung	Griechenland	0,69 € /100g IFOAM-Akkreditierung
3831 .....Stück	Wassermelone Stück ca. 1,5-1,7Spanien - EG-Kontrolliert	Spanien	4,95 € /Stück EG-Kontrolliert
3870 .....Stück	Ananas - Schiffsware ca 800gCosta Rica - EG-Kontrolliert	Costa Rica	3,59 € /Stück EG-Kontrolliert

## Kartoffeln

Bestellung			
4005 .....kg	Kartoffeln Allians fk 1kgG&M - Bioland	G&M	1,60 € /kg Bioland
4006 .....Stück	Kartoffeln Allians fk 2,5kgG&M - Bioland	G&M	1,60 € /kg Bioland
4007 .....Stück	Kartoffeln Allians fk 5kgG&M - Bioland	G&M	1,60 € /kg Bioland
4008 .....Kiste	Kartoffeln Allians fk 12,5kgG&M - Bioland	G&M	19,00 € /Kiste Bioland
4310 .....kg	Kartoffel Agria mk 1kgG&M - Bioland	G&M	2,00 € /kg Bioland
4311 .....Stück	Kartoffel Agria mk 2,5kgG&M - Bioland	G&M	1,95 € /kg Bioland
4312 .....Stück	Kartoffel Agria mk 5kgG&M - Bioland	G&M	1,90 € /kg Bioland
4313 .....Kiste	Kartoffeln Agria 12,5kg mkG&M - Bioland	G&M	20,00 € /Kiste Bioland
4314 .....Kiste	Kart. Agria groß mf 12,5kgG&M - Bioland	G&M	20,00 € /Kiste Bioland
4340 .....kg	Kartoffel Soraja vfk 1kgG&M - Bioland	G&M	2,00 € /kg Bioland



Firma  
Gesund & Munter Ökokiste

DE-65232 Taunusstein-Neuhof  
Hof Ardema 1 DE-ÖKO-006

06128-970386



06128-970-387



info@gesund-und-munter.com

http://www.gesund-und-munter.com



## 2118 Wochenliste

von 21.05.2018 bis 27.05.2018  
ausgegeben am 16.05.2018

4341	.....Stück	Kartoffel Soraja vfk 2,5 kg	G&M - Bioland		1,95 € /kg
4342	.....Stück	Kartoffel Soraja vfk 5kg	G&M - Bioland	G&M	1,90 € /kg
4343	.....Stück	Kartoffel Soraja vfk 12,5 kg	G&M - Bioland	G&M	22,50 € /Stück
4344	.....Stück	Kart Soraja vfk groß 12,5kg	G&M - Bioland	G&M	22,50 € /Stück
4902	.....kg	Neuhofer Gligger mit Rosmarin	G&M - Bioland	G&M	2,20 € /kg

## Eier

Bestellung

10010	.....Stück	DB-Hühnermobil Eier 6 KL M/laus der Region	- Bioland	aus der Region	3,59 € /Stück
-------	------------	--	-----------	----------------	---------------

## Molkereiprodukte

Bestellung

17506	.....Stück	Kräuterbutter 80g Deutschland	- Bioland	Deutschland	2,69 € /Stück
-------	------------	-------------------------------	-----------	-------------	---------------

## Käse

Bestellung

20005	.....Stück	Frischcreme Paprika 150g 70% N	Deutschland - Bioland	Deutschland	1,99 € /Stück
ohne Lab, Frischkäsezubereitung. Aufgrund der cremigen Konsistenz kann die FrischeCreme vielseitig eingesetzt werden: als Brotaufstrich, für Suppen und Soßen, zum Backen oder Dippen!					
20008	.....Stück	b*Hüttenkäse 200g N	Schweiz - KBA	Schweiz	1,49 € /Stück
20015	.....Stück	Friskäse California 70% 150g	Deutschland - Naturland	Deutschland	1,69 € /Stück
20090	.....Stück	Friskäse Gustav brennt 150g	Deutschland - Bioland	Deutschland	3,79 € /Stück
21002	.....Stück	Bioland Harzer natur N >1%	Deutschland - Bioland	Deutschland	2,59 € /Stück
21009	.....Stück	b*Mozzarella Kugel, 100g	Schweiz - KBA	Schweiz	1,09 € /Stück
21021	.....100g	Domänzola Blauschimmel N 45%	aus der Region - Bioland	aus der Region	3,59 € /100g
21093	.....Stück	Flammkäse Alexis 180g N 45%	aus der Region - Demeter Internationa	aus der Region	2,89 € /100g
21500	.....Stück	Demeter-Brie-Ecke 100g N 50%	Deutschland - Demeter Internationa	Deutschland	1,79 € /Stück
21505	.....Stück	Rahmcamembert, 125g 50% N	Deutschland - Demeter Internationa	Deutschland	2,79 € /Stück
In unserer hoch über dem Bodensee gelegenen Feinkäserei Bantel wird der ÖMA Camembert aus feinsten Allgäuer Demeter-Milch von Hörner tragenden Kühen zu kleinen biologisch-dynamischen Weichkäse-Delikatessen verkäst.					
21530	.....Stück	Camembert Isigny 45% 250g	Frankreich - KBA	Frankreich	7,59 € /Stück
Intensiver Camembert-Käseduft, für wahre Käseliebhaber. Je nach Reifegrad sehr würzig. Der Käseteig wird mit zunehmendem Reifegrad flüssiger. Einer der besten französischen Käsespezialitäten aus der Normandie, handwerklich hergestellt.					



Firma  
Gesund & Munter Ökokiste

DE-65232 Taunusstein-Neuhof  
Hof Ardema 1 DE-ÖKO-006

06128-970386



06128-970-387



info@gesund-und-munter.com



http://www.gesund-und-munter.com



## 2118 Wochenliste


von 21.05.2018 bis 27.05.2018  
ausgegeben am 16.05.2018

21576	.....Stück	Petit Camembert Montsurs 150g	Frankreich - EG-Kontrolliert	Frankreich	3,39 € /Stück
21580	.....Stück	Blaue Stunde - Weichkäse J 50%	Deutschland - Bioland	Deutschland	2,59 € /100g
22025	.....Stück	Gouda Scheiben 48% N 150g	Deutschland - KBA	Deutschland	2,79 € /Stück
Goudascheiben mit mikrobiellem Lab					
22030	.....Stück	Gouda gerieben 2kg *V* N 48%	Deutschland - KBA	Deutschland	32,59 € /Stück
Der typisch rahmig-milde Geschmack eines jungen Goudas kennzeichnet diesen Schnittkäse, der in Bayern hergestellt wird. Die praktische Brotform unseres ÖMA Goudas unterscheidet ihn jedoch von den holländischen Originalen.					
22035	.....Stück	Emmentaler gerie 1kg J 45% *V*	Deutschland - Bioland	Deutschland	14,39 € /Stück
Beste Demeter Qualität zum Backen, zum Überbacken für Kässpätzle und, und, und...					
22040	.....100g	Gouda mittelalt 48% N	Holland - EG-Kontrolliert	Holland	1,69 € /100g
Kein Rohmilchkäse; mikrobielles Lab, 48% Fett i.Tr.					
22050	.....Stück	Gouda 500g *GV* 40% Scheiben	Deutschland - Biokreis Ostbayern	Deutschland	8,19 € /Stück
Der typisch rahmig-milde Geschmack eines jungen Goudas kennzeichnet diesen Schnittkäse, der in Bayern hergestellt wird. Die praktische Brotform unseres ÖMA Goudas unterscheidet ihn jedoch von den holländischen Originalen.					
22055	.....Stück	500g Edamer Scheiben N 40%	Deutschland - Biokreis Ostbayern	Deutschland	8,19 € /Stück
500g Packung!					
23000	.....100g	Schweizer Greyerzer J 48%	Schweiz - KBA	Schweiz	3,29 € /100g
Mild aromatisch im Geschmack. Laktosefrei durch lange Reifung					
23015	.....100g	Parmesan Reggiano (orig.) J 32%	Italien - KBA	Italien	3,59 € /100g
Original italienischer Parmesan, mind. 13 Monate gereift. Mit Kälberlab. Aromatisch, typisch italienisch.					
23040	.....Stück	Bergkäse Scheiben 125g J 45%	Deutschland - Bioland	Deutschland	2,49 € /Stück
Der ÖMA Bergkäse ist ein herrlicher Tafel- oder Vesperkäse aus dem Allgäu. Die praktische Scheibengröße passt auf's Brötchen, aber auch auf's Baguette.					
23066	.....100g	Passo dello Spluga N 48%	Schweiz - KBA	Schweiz	3,19 € /100g
25000	.....Stück	Ziegencamembert N 50% 100g	Deutschland - Bioland	Deutschland	3,39 € /Stück
26025	.....100g	Ziegen-gouda N 50%	Holland - EG-Kontrolliert	Holland	2,79 € /100g
26048	.....100g	Domäne Ziege Rosmarin N 45%	aus der Region - Bioland	aus der Region	3,89 € /100g
28000	.....Stück	Schafkäse Knob. Peperoni 150g	Griechenland - KBA	Griechenland	3,49 € /Stück
Der Schafkäse schmeckt hervorragend als Tafelkäse oder in Salaten. Auch dient der Käse zum Verfeinern und Überbacken von Gemüse- und Pastagerichten.					
Zutaten: Schafmilch*(70%),Ziegenmilch*,Knoblauch*(5%),Peperoni*(5%),Meersalz,Branntweinessig*					
28030	.....Stück	Schafkäse in Lake 250g	Deutschland - Bioland	Deutschland	6,65 € /Stück
28035	.....Stück	180g Schaffeta natur N	Griechenland - KBA	Griechenland	3,99 € /Stück
Schaf-Feta Natur ist der typische Salzlakenkäse aus Griechenland.					
28040	.....Stück	Feta Creme Bärlauch 125g N	Deutschland - KBA	Deutschland	3,19 € /Stück
Bei Sheepy Cottage Cream handelt es sich um eine streichfähige, geschmacksintensive Käse-Creme aus Schaf- und Ziegenmilch, die mit frischem Bärlauch verfeinert wird.					





Firma  
Gesund& Munter Ökokiste

DE-65232 Taunusstein-Neuhof  
Hof Ardema 1 DE-ÖKO-006

 06128-970386

 06128-970-387

 info@gesund-und-munter.com  
 http://www.gesund-und-munter.com



## 2118 Wochenliste

von 21.05.2018 bis 27.05.2018  
ausgegeben am 16.05.2018

28050 .....	Stück	Feta-Creme Dattel Ananas	Deutschland - KBA		3,19 € /Stück
				Deutschland	KBA
28052 .....	Stück	Feta-Creme Knoblauch-Peperon	Deutschland - KBA		3,19 € /Stück
				Deutschland	KBA
30000 .....	100g	Schafgouda J 48%	Holland - EG-Kontrolliert		3,29 € /100g
				Holland	EG-Kontrolliert
31015 .....	100g	Pecorino Sardo Maturo DO	Italien - KBA		2,79 € /100g
				Italien	KBA