



Sortimentsliste Stand: Nov. 2023

R= Regional
(Definitiv Oberfranken bzw. Bayern)
D= Deutschland

A= zum Abfüllen im Laden
P = im Pfand-/Mehrwegglas

Produkt	Herkunft	Verpackung
Brot, Brötchen	R	A
Nussecken, Lebkuchen, Cookies	R	A
Kartoffeln, Gemüse nach Saison	R	A
Obst + Nüsse nach Saison	R	A
Eier	R	A
Tofu	R	P
Ziegenkäse, -joghurt, -quark, -weichkäse	R	P
Nudeln und Reis		
Dinkelnudeln	R	A
Emmernudeln	R	A
Bärlauch-Bandnudeln	R	A
Suppennudeln	R	A
Hartweizennudeln (z.B. Penne, Fusili, Farfalle, Spaghetti, Lasagneplatten)	Ital.	A
Linsen-Nudeln (glutenfrei)	Ital.	A
Langkornreis Vollkorn	Ital.	A
Parboiled Reis	Griechenl.	A
Risotto-Reis	Ital.	A
Duft- o. Basmatireis		A
Milchreis	Ital.	A
Getreide & Co		
Buchweizen	R	A
Bulgur	D	A
Chiasamen	R	A
Couscous	Ital.	A
Cornflakes	Ital.	A

Produkt	Herkunft	Verpackung
Dinkel	R	A
Dinkelmehl hell 1050	R	A
Dinkelreis (geschliffener Dinkel)	R	A
Emmer	R	A
Grünkern	R	A
Hafer	R	A
Haferflocken	R	A
Hirse	R	A
Müslimischungen	D+R	A
Polenta (Maisgrieß)	R	A
Quinoa	R	A
Roggen	R	A
Roggenmehl 1150	R	A
Weizen	R	A
Weizenmehl hell 550	R	A
Nüsse, Saaten, Hülsenfrüchte		
Bohnen blau	R	A
Bohnen schw. + weiß	Öst.	A
Cashewkerne		A
Chiasamen	R	A
Hanfnüsse ungeschält und geschält	R	A
Haselnüsse ganz + gemahlen		A
Kichererbsen	R	A
Kichererbsen vorgekocht	D	P
Kidneybohnen	R	A
Kürbiskerne	R	A
Leinsamen	R	A
Linsen braun	R	A
Linsen rot	Ital.	A

Produkt	Herkunft	Verpackung
Linsen schwarz	R	A
Mandeln ganz + gehackt		A
Sesam		A
Sonnenblumenkerne	R	A
Walnüsse geschält		A
Fleischersatzstücke Ackerbohnen-Erbsen		A
Schokolade & Knabberien		
Dinkel-Kakao-Kekse		A
Schokolade vers.		A
Schokobeeeren		A
Fruchtgummi vers.	D	A
Geröstete Kichererbsen	D	A
Geröstete Ackerbohnen	D	A
Dörrobst handwerkll. solargetrocknet	D	A
Aprikosen		A
Datteln		A
Knabber-Mix (Nüsse + Rosinen)		A
Knabber-Brotstangen		A
Kürbiskerne kandiert	R	A
Kokosstreifen		A
Mangostreifen getrocknet		A
Mangostreifen schokoliert		A
Schoko-Minz-Drageés		A
Pistazien geröstet		A
Rosinen		A
Erdnüsse geröstet		A
Tortilla-Chips	R	A

* Herkunftsland kann in Einzelfällen bei Lieferantenwechsel kurzfristig abweichen

Produkt	Herkunft	Verpackung
Aufstriche, Soßen, Eingelegtes		
Nuss-Nougat-Creme		P
Erdnussmus		P
Haselnusscreme		P
Sesammus (Tahin)		P
Fruchtaufstriche	D+R	P
Brotaufstriche		
Honig von vers. Imker*innen	R	P+ A
Olivenpaste		
Oliven in Salzlake		P
Getr. Tomaten in Öl		P
Pesto vers. Sorten	D+R	
Chutney vers. Sorten	R	
Kürbisketchup	D	
Tomatenketchup	Ital.	P
Tomaten-Passata, Tomatenmark, stückige Tomaten	Ital.	P
Nudelsaucen	R	
Gockel Bolognese, Gockel-Chili	R	
Vegane Bolognese, Veganes Gulasch	R	P
Eingelegtes Gemüse	R	P
Apfelmus	R	P
Tee, Kaffee, Getränke		
Hafermilch-Pulver		A
Tee: vers. Kräuter, grün, schwarz, Früchtetee		A
Kaffee Libertad	Honduras	A
Kaffee Teikei (gesegelt)	Mex.	A
Lupinenkaffee	Thür.	A

Produkt	Herkunft	Verpackung
Apfelsaft	R	P
Traubensaft	R	
Apfel-Hollersecco	R	
Weine	D	(P)
Traubensecco (alk.frei)	D	P
Obstbrände	R	
Gin und Whisky	R	
Smoothies	D	P
Sirup vers.		
Essig, Öl, Koch- u. Backzutaten		
Apfelpektin		A
Backpulver	D	A
Himbeer-, Holunderblüten-, Apfelessig	R	A
Aceto balsamico	Ital.	A
Gemüsebrühe trocken		A
Gewürze		A
Hefeflocken		A
Kakaopulver		A
Kakao-Nibs		A
Kokosmilch und -öl		P
Kürbiskernöl	R	
Leinöl	R	
Olivenöl nativ		
Rapsöl	R	
Sonnenblumenöl nativ	R	A
Bratöl		A
Sojasauce		A
Pasta-Topping vegan		P
Senf	D+R	P
Salz	D	A
(Rüben-) Zucker	D	A
Vanillezucker		A

Haushalt	
kerzen, Teelichter	
Bienenwachstücher	
Tee- + Kaffeefilter Baumwolle	
Stoff- + Netzbeutel	
Spül-, Gemüse-, Flaschen-, Scheuerbürsten	
Pflanzliche Spülschwämme + Lappen, Bodentücher	
Brotboxen + Trinkflaschen aus Edelstahl + Glas	
Reiniger-Tabs für Bad, Boden, Glas, Küche	
Universalreiniger, Seifenflocken	A
Spülmittel flüssig, Spülseife fest	A
Spülmaschinenpulver. -salz, -klarspüler	A
Wäsche: Waschmittel flüssig+ Pulver, Wollwaschmittel, feste Wäsche-Seife	A
Sauerstoffbleiche, Natron, Soda, Zitronensäure	A
Körperpflege	
Abschminkpads waschbar	
Deostifte, Deocreme im Glas	(P)
Haarwachs im Glas	
Festes Shampoo und Haarkur	
Handcreme, Bodybutter, Lippenbalsam	
Haarbürsten, Nagelbürsten	
Rasierer, -seife, -pinsel	
Seifen (vers. für Hand + Körper)	
Flüssige Handseife	A
Seifensäckchen und -dosen	
Sonnencreme ohne Plastik	
Stoffbinden	
Toilettenpapier	
Zahnseide, Interdentalbürsten	
Zahnbürsten (mit Wechselkopf), biobasierter Kunststoff o. Holz	
Zahnbürstenköpfe für Elektrische+Schall	
Zahnputztabletten	A
Zahncreme im Glas	

* Herkunftsland kann in Einzelfällen bei Lieferantenwechsel kurzfristig abweichen