



Wie lange ist... im Kühlschrank haltbar?

Karotten (geschält)	3-4 Tage
Blumenkohl/Brokkoli (gewaschen, in Stücken)	2-3 Tage
Melone/Ananas (geschnitten)	1-2 Tage
Reis (gekocht, abgekühlt)	bis zu 1 Woche
Nudeln (gekocht, abgeschreckt)	4-5 Tage
mariniertes Fleisch	2-3 Tage
Bolognesesoße	3-4 Tage
gebratenes Gemüse/Ofengemüse	2-3 Tage
gekochte Eier (ungeschält)	bis zu 1 Woche
gewaschene Weintrauben (vom Stiel entfernt)	2-3 Tage
Rosenkohl (geputzt)	4-5 Tage
Eisbergsalat (gewaschen, geschnitten)	2-3 Tage
Lasagne (vorbereitet, ungebacken)	1-2 Tage
Nudelauflauf (vorbereitet, angebacken)	1-2 Tage
Gemüsesuppe (ohne Kartoffeln)	2-4 Tage
Couscous-/Reissalat (ohne Blattsalat)	2-3 Tage
geschnittene Zitronen (für Wasser)	2-3 Tage
Gemüsereis	3-5 Tage
Sandwiches (ohne Salat, Gurke, Tomate)	2-3 Tage
Kartoffelsalat	3-4 Tage
Nudelsalat	3-4 Tage

