



# Richtige Bevorratung

## Kontrollieren:

Nahrungsmittel (auch Medikamente) haben eine begrenzte Haltbarkeit. Die regelmäßige Kontrolle des Ablaufdatums ist erforderlich.

## Verbrauchen:

Vor Ablauf der Haltbarkeitsfrist sind Lebensmittel zu verbrauchen. Wenn dies laufend gemacht wird, passt sich der Vorratsverbrauch leicht dem täglichen Speiseplan an.

## Ergänzen:

Verbrauchte Lebensmittel müssen ergänzt werden. Die Essgewohnheiten der Familie sollten beim Nachkauf berücksichtigt werden. Auch alle anderen Artikel des täglichen Bedarfs sind laufend zu ergänzen.

**Warte nicht zu!**  
**Beginne jetzt**  
**deinen Notvorrat**  
**anzulegen!**

# Vorratsbeispiele pro Person für 2 Wochen

	Haltbarkeit	Menge
Mehl	5 Monate	1 kg
Reis	24 Monate	1 kg
Teigwaren	24 Monate	1/2 kg
Zucker	72 Monate	1 kg
Brot	4 Wochen	1 kg
Konserven	48 Monate	15x 1/2 kg Dosen
Dosenaufstrich	48 Monate	2 Dosen
Fischkonserven	36 Monate	2 Dosen
Kartoffeln	2 - 8 Monate	2 kg
Salate im Glas	12 Monate	2 Gläser
Haltbarmilch	12 Monate	2 x 1/2 Liter
Streichfett	3 Monate	250 Gramm
Speiseöl	9 Monate	1/2 Liter
Eier	2-4 Wochen	10 Stk.
Marmelade, Honig	24 Monate	1 Glas
Fruchtsaft	24 Monate	1/2 Liter
Kaffee, Kakao, Tee	12 Monate	nach Bedarf
Gewürze	unbegrenzt	nach Bedarf
Mineralwasser	24 Monate	21 Liter

**Wer vorsorgt ist  
Herr des Tages!**

**Niederösterreichischer  
Zivilschutzverband**  
Langenlebarner Straße 106  
A-3430 Tulln / Donau

Tel.: (+43)2272/61820  
Fax.: (+43)2272/61820-13  
E-Mail: noezsv@noezsv.at

 **HYPO NOE**

[www.noezsv.at](http://www.noezsv.at)

