

Speiseplan für Januar 2025 Abgabetermin: 13.12.2024

Einrichtung: Regelschule "Fr. -Ludwig Jahn"

Name:

Kunden-Nr.:



Markus-Gemeinschaft e.V.
Eine Camphill-Initiative für Mensch und Umwelt



GUTSHOF HAUTERODA
Hauterodaer Str. 1, 06577 An der Schmücke
Tel.: 034673/7369-22 Fax: 034673/7369-15
Mail: vertrieb@gutshof-hauteroda.de
Internet: www.gutshof-hauteroda.de

Tag	Essen 1	X	Essen 2	X
Mittwoch 01.01.2025	Neujahr		Neujahr	
Donnerstag 02.01.2025	Schweineschnitzel (S,a1) Erbsengemüse (a1,j) Kartoffeln			
Freitag 03.01.2025	keine Essenausgabe			
Montag 06.01.2025	Reiseintopf mit Hühnerfleisch (G,i)			
Dienstag 07.01.2025	Wurstgulasch (S,2,3,a1) Makkaroni (a1)			
Mittwoch 08.01.2025	Grießbrei (a1,g) mit Apfelmus (3) Zucker und Zimt			
Donnerstag 09.01.2025	Winterliches Pfannengemüse (V,i) Butterreis(g)			
Freitag 10.01.2025	keine Essenausgabe			
Montag 13.01.2025	Kohlrabi-Möhreneintopf mit Rindfleisch (R,a1,i)			
Dienstag 14.01.2025	Kartoffel - Brokkoli - Auflauf (V,a1,g,c)			
Mittwoch 15.01.2025	Germknödel (a1,2,c,g,f), mit Kirschfüllung und Vanillesauce(g)			
Donnerstag 16.01.2025	Schweinebraten (S) mit Rotkohl (a1,i) und Kartoffeln			
Freitag 17.01.2025	keine Essenausgabe			
Montag 20.01.2025	Weißer Bohneneintopf (a1,i,j) mit Kasseler(S,3)			
Dienstag 21.01.2025	Bratwurst (S,2,3,g,i,j), Möhrengemüse (a1) und Kartoffeln			
Mittwoch 22.01.2025	Eieromelette (V,c,g), Rahmspinat (a1,g,i) und Kartoffeln			
Donnerstag 23.01.2025	Hackbraten (S,a1,c,j) Buttererbsen(a1,g) Bratensauce (Sa1,j) und			
Freitag 24.01.2025	keine Essenausgabe			
Montag 27.01.2025	Möhreneintopf mit Hühnerfleisch (G,a1,i)			
Dienstag 28.01.2025	Gemüselasagne (V,a1,i,g,c)			
Mittwoch 29.01.2025	Putenschnitzel (G,a1,c) mit Mischgemüse (a1,g) und Kartoffeln			
Donnerstag 30.01.2025	Partybällchen (S,a1,c,i,j) mit Nudelsalat (a1,c,i,j)			
Freitag 31.01.2025	keine Essenausgabe			

* Dieses Essen ist angelehnt an die Empf. der DGE. Kenntlichmachung von Zusatzstoffen gem. LMIV & LMZDV:

1 = Farbstoff, 2 = konserviert, 3 = Antioxidationsmittel, 4 = Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst, 8 = Phosphat, 9 = Süßungsmittel, 10 = Süßungsmitteln,

Kenntlichmachung von Allergenen gem. LMIV & LMZDV:

a=Gluten, (a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, a5=Dinkel, a6=Kamut,) b=Krebstiere, c=Ei, d=Fisch, e=Erdrüsse, f=Soja, g=Milch (einschl. Lactose), h=Schalenfrüchte (h1=Mandeln, h2=Haselnüsse, h3=Walnüsse, h4=Cashewnüsse, h5=Pistazien, h6=Paranüsse, h7=Pistazien, h8=Macadamanüsse, h9=Queenslandnüsse,) i=Sellerie, j=Senf, k=Sesamsamen, l=Schwefeldioxid und Sulfit, m=Lupinen, n=Weichtiere

Änderungen vorbehalten - Zu jedem Essen wird ein Kompott oder ein Salat angeboten. (Obst, Rohkostsalat, Vanille- oder Schokopudding (a1,c,g,f,e), Götterspeise (a1,c,g,f,e), Rote Grütze (a1,c,g,f,e), Quarkspeise (g,l)

**Die Köche der Markus-Gemeinschaft wünschen guten Appetit!
Legende: R=Rind, S=Schwein, G=Geflügel, F=Fisch, V=vegetarisch**