

# Speiseplan für März 2024 Abgabetermin: 23.02.2024

Einrichtung: Regelschule "Fr. -Ludwig Jahn"

Name:

Kunden-Nr.:



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



**GUTSHOF  
HAUTERODA**

Hautorodaer Str. 1, 06577 An der Schmücke  
Tel.: 034673/7369-22 Fax: 034673/7369-15  
Mail: [vertrieb@gutshof-hautoroda.de](mailto:vertrieb@gutshof-hautoroda.de)  
Internet: [www.gutshof-hautoroda.de](http://www.gutshof-hautoroda.de)

Tag	Essen 1	X	Essen 2	X
Freitag 01.03.2024	*Kasslerbraten (S,3,8,) mit bayrisch Kraut (a1,i,g), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln			
Montag 04.03.2024	*Nudelsuppe (a1,i)			
Dienstag 05.03.2024	*Spirelli (a1) Carbonara (4,a1,i)			
Mittwoch 06.03.2024	Milchreis (g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)			
Donnerstag 07.03.2024	*Putenschnitzel (3,4,9,a1,i,c,j) mit Kohlrabigemüse (a1,g,i), Soße (a1,i,g) und Kartoffeln			
Freitag 08.03.2024	Bratkartoffeln mit Rührei (c,g) und Wurst (S,2,3,4,c,g,i,j) und Salatbeilage			
Montag 11.03.2024	Möhreneintopf (a1,i)			
Dienstag 12.03.2024	gebratene Jagdwurstscheibe (S,2,3,4,a1,j,i,c) mit Tomatensoße (a1,i) und Nudeln (a1)			
Mittwoch 13.03.2024	Fleischkäse (S,2,3,4) mit Möhrengemüse (a1,i,g), Soße (a1,i,g) und Kartoffeln			
Donnerstag 14.03.2024	Backfisch (2,3,a1,i,c,d,g) mit Kräutersoße (a1,i,g) und Kartoffelpüree (g) sowie Salatbeilage			
Freitag 15.03.2024	Frikassee (a1,i) mit Gemüsereis (i)			
Montag 18.03.2024	Linseneintopf (a1,i)			
Dienstag 19.03.2024	*Spirelli (a1) Bolognese (4,a1,i)			
Mittwoch 20.03.2024	*Hähnchenschnitzel (3,4,9,a1,i,c,j) mit Erbsengemüse (a1,g,i), Soße (a1,g,i) und Kartoffeln			
Donnerstag 21.03.2024	Eier (c) in Petersiliensoße (a1,i,g) mit Kartoffeln und Salatbeilage			
Freitag 22.03.2024	Bratkloßchen (S,a,c,i,j) mit Spinat (a1,g,i,j) und Kartoffeln			
Montag 25.03.2024	Erbseintopf (a1,i) mit Wiener Würstchen (S,2,3,4,8,a1,i,j,g)			
Dienstag 26.03.2024	Jägerschnitzel (2,3,4,a1,j,i,c) mit Tomatensoße (a1,i) und Spirelli (a1)			
Mittwoch 27.03.2024	Putenschnitzel (3,4,9,a1,i,c,j) mit Möhrengemüse (a1,g,i), Soße (a1,i,g) und Kartoffeln			
Donnerstag 28.03.2024	Gebratener Fisch (3,4,a1,i,c,d) in Kräutersoße (a1) mit Reis und Salatbeilage			
Freitag 29.03.2024	Karfreitag - Feiertag			

\* Dieses Essen ist angelehnt an die Empf. der DGE. Kenntlichmachung von Inhaltsstoffen u. Zusatzstoffen (§ 9 ZZu1V):

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

Kenntlichmachung von Allergenen:

a = Gluten, (a1=Weizen, a2=Gerste, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Dinkel), b = Krebstiere, c = Ei, d = Fisch, e = Erdnüsse, f = Sojabohnen, g = Milch (einschl. Lactose), h = Schalenfrüchte (h1=Mandeln, h2=Haselnüsse, h3=Walnüsse, h4=Cashewnüsse, h5=Pistazien), i = Sellerie, j = Senf, k = Sesamsamen, l = Schwefeldioxid und Sulfite, m = Lupinen, n = Weichtiere

**Achtung: Osterferien vom 25.03. - 06.04.2024. In unserer Demeter-Bäckerei werden die aufgeführten Backwaren (Brot, Brötchen, Pizzateig, Hefeklöße) selbst hergestellt.**

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!