

Speiseplan für März 2025 Abgabetermin: 24.02.2025

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
Montag 03.03.2025	Gelber Erbseneintopf mit Wiener Würstchen (S,2,3,a1,g,i)			
Dienstag 04.03.2025	"Jägerschnitzel" (G,S,2,3,c) Tomatensauce (a1,i) Spirellinudeln (a1)			
Mittwoch 05.03.2025	Grießbrei (V,a1,g) Apfelmus (3) Zucker und Zimt			
Donnerstag 06.03.2025	Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Käse überbacken (V,a1,g,i)			
Freitag 07.03.2025	keine Essenausgabe			
Montag 10.03.2025	Weißkrauteintopf mit Kartoffel- und Rauchfleischinlage (S,a1,i)			
Dienstag 11.03.2025	Jagdwurstgulasch (S,2,3,a1,i) mit Nudeln (a1)			
Mittwoch 12.03.2025	Hähnchenschenkel (G) Bratensauce (G,a1,i) Buttererbsen (a1,g) Salzkartoffeln			
Donnerstag 13.03.2025	Hausgemachte Veggi-Pizza belegt mit Tomate und buntem Gemüse			
Freitag 14.03.2025	keine Essenausgabe			
Montag 17.03.2025	Möhreneintopf mit Hühnerfleisch (G,a1,j)			
Dienstag 18.03.2025	Makkaroni (a1,c,g) mit Käsesauce (a1,g)			
Mittwoch 19.03.2025	Bratklößchen(S,a1,c,j) mit Buttererbsen(g) und Kartoffeln			
Donnerstag 20.03.2025	Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf (V,a1,g)			
Freitag 21.03.2025	keine Essenausgabe			
Montag 24.03.2025	Linseneintopf (a1,i,j) mit Würstcheneinlage (S,3)			
Dienstag 25.03.2025	Krautnudelpfanne (a1) mit Rauchfleisch (S,3) und Bratensauce (a1,i,j)			
Mittwoch 26.03.2025	Hackbraten (S,a1,c,j) Kohlrabi-Möhrengemüse (a1,g) Bratensauce (Sa1,j) und Kartoffeln			
Donnerstag 27.03.2025	Fischfrikadelle (d,a1) Kräutersauce (a1), Stampfkartoffeln (g) und Salatbeilage			
Freitag 28.03.2025	keine Essenausgabe			
Montag 31.03.2025	Gräupcheneintopf mit Kasseler und Wurzelgemüse (S,3,a1,i)			

* 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=Erdnüsse, f=Soja, g=Milch (einschl. Lactose), h=Schalenfrüchte (h1=Mandeln, h2=Haselnüsse, h3=Walnüsse, h4=Cashewnüsse, h5=Pistazien, h6=Paranüsse, h7=Pistazien, h8=Macadamianüsse, h9=Queenslandnüsse,) i=Sellerie, j=Senf, k=Sesamsamen, l=Schwefeldioxid und Sulfite, 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**