

Speiseplan für November 2024 Abgabetermin: 25.10.24

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
Freitag 01.11.2024	Chili con Carne (S,a1) mit Brötchen (a1)		Brückentag	
Montag 04.11.2024	Wirsing Eintopf (a1) mit Kartoffeln und Kasseler (S,3,2)			
Dienstag 05.11.2024	Spiralnudeln (a1) mit Spinat-Käsesauce (g,a1)			
Mittwoch 06.11.2024	Salami-Schinkenpizza (a1,g,G,S,3,2) mit Salat			
Donnerstag 07.11.2024	Schweineschnitzel (S, a1) mit Rahmblumenkohl (a1,g) und Kartoffeln			
Freitag 08.11.2024	keine Essenausgabe			
Montag 11.11.2024	Erbseneintopf (a1,j) mit Wiener (S,2,3) und Wurzelgemüse (i)			
Dienstag 12.11.2024	Wurstgulasch (a1,2,3) mit Nudeln (a1)			
Mittwoch 13.11.2024	Quarkkeulchen (a1,2,3,5,g,c) mit Apfelmus (3) und Zucker			
Donnerstag 14.11.2024	Eier (c) in Senfsoße (a1,g,j) mit Kartoffeln			
Freitag 15.11.2024	keine Essenausgabe			
Montag 18.11.2024	Steckrübeneintopf (a1,j) mit Rindfleisch (R)			
Dienstag 19.11.2024	gebratene Mie-Nudeln (a1) mit Hühnchen (G) und Gemüse (i) dazu Asiasauce			
Mittwoch 20.11.2024	Bratwurst (g,i,j,S) mit Wirsinggemüse (a1,g) und Kartoffeln			
Donnerstag 21.11.2024	Spinat (a1,g) mit Rührei (c) und Kartoffeln			
Freitag 22.11.2024	keine Essenausgabe			
Montag 25.11.2024	Grüner Bohneneintopf mit Rauchfleisch (S,a1,2,3)			
Dienstag 26.11.2024	gebackene Kartoffelspalten mit Kräuter Dip (g)			
Mittwoch 27.11.2024	Bratklößchen (S,a1,j,c) Kohlrabigemüse (a1,g) und Kartoffeln			
Donnerstag 28.11.2024	Fleischkäse (S,2,3) mit Zwiebelsauce (a1) und Kartoffelpüree (g)			
Freitag 29.11.2024	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=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**