Speiseplan für November 2026 Abgabetermin: bis 26.10.2026

Einrichtung: Grundschule Kölleda

Name:

Kunden-Nr.:

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

GUTSHOF HAUTERODA

Hauterodaer Str. 1, 06577 An der Schmücke
Tel.: 034673/7369-10 Fax: 034673/7369-15
Mail: vertrieb@gutshof-hauteroda.de
Internet: www.gutshof-hauteroda.de

Tag	Essen 1	X	Essen 2	X
Montag 02.11.2026	Linseneintopf mit Rauchfleisch (S,a1,i,j), Baguettescheiben (a1,a2)aus der Hausbäckerei und Quarkspeise (g)	☐	Sternchennudelsuppe mit Wurzelgemüse (a1.i), Baguettescheiben(a1,a2) aus der Hausbäckerei und Quarkspeise (g)	☐
Dienstag 03.11.2026	Brokkoli-Nußecke (Va1), Tomatensauce (a1,i), Basmatireis dazu Bunter Salat	☐	"Jägerschnitzel" (S,G,2,3,a1c), Tomatensauce (a1,i), Spirellinudeln (a1) dazu Obst	☐
Mittwoch 04.11.2026	Grießbrei (g) mit Apfelmus (3), Zucker und Zimt und ein Stück Obst	☐	Kochklops (S,a1,c,j), Kräutersauce (a1,g), Salzkartoffeln und Möhrensalat	☐
Donnerstag 05.11.2026	Fischfrikadelle, Pellkartoffelsalat mit Ei und Gurke (F,a1,c,i,j) dazu Wassermelone	☐	"Spirelli Bolognese" (S,a1,i) dazu Wassermelone	☐
Freitag 06.11.2026	Eier, Senfsauce, Petersilienkartoffeln (V,a1,c,i,j) dazu Weißkraut-Möhrensalat	☐	Hausgemachter Getreidebratling (V,a1,a2,a4,a5), Remouladensauce (g), Bratkartoffeln und Möhrensalat	☐
Montag 09.11.2026	Gelber Erbseneintopf mit Wurzelgemüse und Wiener (R,a1,i), Roggen- und Weizenbaguette (a1,a2) dazu Pudding	☐	Pürrierte Kartoffelsuppe mit Gemüsestreifen (a1,i), Roggen- und Weizenbaguette (a1,a2) dazu Fruchtjoghurt	☐
Dienstag 10.11.2026	Schweineschnitzel (Sa1,c), Bratensauce (Sa1,i,j), Kohlrabi-Petersiliengemüse (a1,g), Kartoffeln dazu Apfel	☐	Vollkornspirelli (a1), Schinken-Sahne-Sauce (S,2,3,a1,g) und Rote Bete	☐
Mittwoch 11.11.2026	Hausgemachte Hefeklöße (a1,2,c,g,f) mit warmer Kirschgrütze dazu Obststück	☐	Hähnchengeschnetzeltes (G,a1,g,i), Buttereis (g) dazu Obststück	☐
Donnerstag 12.11.2026	Paniertes Seelachsfilet (F,a1,g), Kräutersauce, Kartoffelpüree (g) dazu Möhrensalat	☐	Cous-cous-Pfanne mit Tofustreifen (V.i), Tomatensauce (a1,i) und Weißkraut-Möhrensalat	☐
Freitag 13.11.2026	Kartoffelauflauf mit Käse überbacken (a1,g,c) und Salatbeilage	☐	Gebratene Hähnchenbrust (G), Grillkartoffeln, Kräuterschmand (g) und Weißkraut-Möhrensalat	☐
Montag 16.11.2026	Zucchini-Tomatensuppe mit Hühnerfleisch und Reisformnudeln (G,a1,i,j), Stangenbrot (a1,a2) aus der Hausbäckerei dazu Rote Grütze mit Vanillesauce (V,a1,g)	☐	Vegetarische Nudel-Gemüsesuppe (a1,i), Stangenbrot (a1,a2) aus der Hausbäckerei dazu Rote Grütze mit Vanillesauce (V,a1,g)	☐
Dienstag 17.11.2026	Bratwurst (S,G,V,g,i,j), Bratensauce (S,a1,i,j), Kartoffelerbspüree (g) dazu Obst	☐	Bunte Nudeln (a1) mit fruchtiger Tomatensauce (a1,i) dazu Krautsalat	☐
Mittwoch 18.11.2026	Selbstgemachte Pizza Salami (S,3,a1,a2,g) dazu Bunter Salat	☐	Milchreis (g), Apfelmus (3), Zucker und Zimt dazu Kiwi	☐
Donnerstag 19.11.2026	Backfisch (d,a1), Petersiliensauce (a1,g,j), Mischgemüse (a1), Kartoffeln dazu Obst	☐	Hähnchenschenkel (G), Mischgemüse (a1,g), Bratensauce (S,a1,j) und Kartoffeln dazu Obst	☐
Freitag 20.11.2026	Hausgemachter Getreidebratling (V,a1,a2,a4,a5), Remouladensauce (g), Bratkartoffeln dazu Möhrensalat	☐	Rührei (c), Rahmspinat (a1,g) und Kartoffeln dazu Obst	☐
Montag 23.11.2026	Möhreneintopf mit Hühnerfleisch (G,a1,i), Roggen- und Weizenbaguette (a1,a2) dazu Quarkspeise (V,g)	☐	Vegetarischer Gemüseeintopf (V,a1,i), Roggen- und Weizenbaguette (a1,a2) dazu Quarkspeise (V,g)	☐
Dienstag 24.11.2026	Blumenkohl-Käsetaler (V,a1,c), Karottensauce, Kräuterreis und Bunter Salat	☐	Currywurst (S,2,3,a1,i), Currysauce (a1,2,3,i), Gemüsereis (i) und Bunter Salat	☐
Mittwoch 25.11.2026	Quarkkeulchen (a1,2,3,5,g,c) mit Apfelmus (3) und Banane	☐	Bunte Reis-Gemüsepfanne mit Geflügelbällchen (G,a1,i,c), Kräutersauce (a1,i) und Fruchtjoghurt	☐
Donnerstag 26.11.2026	Paniertes Seelachsfilet (F,a1,g), Senf-Dillsauce (a1,), Kartoffeln und Rotkrautsalat	☐	Gemüselasagne (V,a1,i,g) und BunterSalat	☐
Freitag 27.11.2026	Schweinegulasch (S,a1,i,j), Butterspätzle (a1,c,g) und Salatbeilage	☐	Tofuschnitzel (V,a1,c), Kräuter-Dip (g) gebackene Kartoffelecken und Salatbeilage	☐
Montag 30.11.2026	Kürbiscremesuppe mit geröstetem Rauchfleisch (S,a1,i), Roggen- und Weizenbaguette (a1,a2) dazu Quarkspeise (V,g)	☐	Spitzkohl-Kartoffeleintopf (V,a1,i), Roggen- und Weizenbaguette (a1,a2) dazu Quarkspeise (V,g)	☐

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

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 enthält:

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=Pekanüsse, 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