

Speiseplan für November 2022 Abgabetermin:

21.10.2022



Einrichtung: Grundschule Kölleda

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

GUTSHOF
HAFTERODA

Hafterodaer Str. 1, 06577 An der Schmücke

Tel.: 034673/7369-22

Fax: 034673/7369-15

Mail: vertrieb@gutshof-hafteroda.de

Internet: www.gutshof-hafteroda.de

Name:

Kunden-Nr.:

Tag	Essen 1	X	Essen 2	X
Dienstag 01.11.2022	*Gemüseintopf (a1,i,j,g)		Erbseintopf (a1,i) mit Wiener Würstchen (S,2,3,4,8,a1,i,j,g)	
Mittwoch 02.11.2022	Hackbraten(S,a1,c,i,j) mit Möhrengemüse (a1,g,i), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln		*Eiergemüseragout (a1,i,c,g) mit Kräuterreis	
Donnerstag 03.11.2022	*Schweineschnitzel (S,3,4,9,a1,i,c,j) mit Mischgemüse (a1,i,g), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln		Wurstgulasch (S,8,2,3,4,a1,i,j) mit Spirelli (a1)	
Freitag 04.11.2022	*Eier (c) in Senfsoße (a1,i,j,g) mit Kartoffelpüree (g,i) und Salatbeilage		Gehacktesoße (S,a1,i,j) mit Kartoffelpüree (g,i)	
Montag 07.11.2022	Reiseintopf (a1,i)		*Möhreintopf (a1,i)	
Dienstag 08.11.2022	Spinat (a1,i,g) mit Rührei (c,g) und Kartoffeln		*Fischragout (3,4,a1,i,c,d) mit Kräuterreis (i)	
Mittwoch 09.11.2022	*Frikassee (a1,i) mit Gemüsereis (i)		Fleischkäse (S,8,2,3,4) mit bayrisch Kraut (a1,i,g), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln	
Donnerstag 10.11.2022	*Bauerngulasch (S,2,9,a1,i,j) mit Kartoffeln		Hähnchenbrust (9) geschneuzelt mit Ananas (9,a1,i) süßsauer und Reis	
Freitag 11.11.2022	Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen (S,8,2,3,4,a1,g)		*Marinierter Hering (2,d,c,g) mit Salzkartoffeln	
Montag 14.11.2022	Schokoladensuppe (1,a1,c,e,f,g) mit Zwieback (a1)		*Nudel-Gemüse-Eintopf (a1,i)	
Dienstag 15.11.2022	*Spirelli (a1) Bolognese (S,4,a1,i)		Salamipizza (S,8,a1,i,j) mit Käse (g) überbacken	
Mittwoch 16.11.2022	*Putenschnitzel (3,4,9,a1,i,c,j) mit Kohlrabigemüse (a1,g,i), Soße (a1,i,g) und Kartoffeln		Gehacktes mit Kraut (S,a1,j,i) und Kartoffeln	
Donnerstag 17.11.2022	Eier (c) in Petersiliensoße (a1,i,g) mit Kartoffeln und Salatbeilage		*Gemüseulasch (a1,i) mit Vollkornspirelli (a1)	
Freitag 18.11.2022	*Eierkuchen (4,a1,c,g) mit Apfelmus (3)		Knacker (S,8,2,3,4) mit Grünkohl (a1,i,g) und Kartoffeln	
Montag 21.11.2022	Grüner Bohneneintopf (a1,i,j)		*Kürbiscremesuppe (a1,i,g,j) mit Vollkornbrötchen aus hauseigener Bäckerei (a1)	
Dienstag 22.11.2022	Bratklößchen (S,a1,c,i,j) mit Wirsinggemüse (a1,g,i), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln		*Spirelli (a1) Carbonara (S,8,2,3,4,a1,g,i,j)	
Mittwoch 23.11.2022	Backfisch (2,3,a1,i,c,d,g) mit Kräutersoße (a1,i,g), Kartoffelpüree (g,i) und Salatbeilage		*hausgemachte Hefeklöße (a1,c,g) mit Obst (2,a1,h)	
Donnerstag 24.11.2022	Grießbrei (a1,g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)		*Chicken Nuggets (3,4,9,a1,i,c,j) mit Gemüsereis (i) und Tomatensoße (a1,i)	
Freitag 25.11.2022	Schweinebraten (S,3,4,9) mit Bohnengemüse (a1,g,i), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln		*Kräuterquark (g) mit Salzkartoffeln	
Montag 28.11.2022	*Gemüseintopf (a1,i,j) mit Eierflocken (c)		Weißer Bohneneintopf (a1,i,j)	
Dienstag 29.11.2022	gebratene Jagdwurst (S,8,2,3,4,a1,j,i,c) mit Tomatensoße (a1,i,j) und Spirelli (a1)		*Gemüselasagne (a1,g,i) mit Käse (g) überbacken	
Mittwoch 30.11.2022	Rostbratwurst (S,8,2,3,4,a1,i,j) mit bayrisch Kraut (a1,i,g), Soße (a1,i) und Kartoffeln		*Bratkartoffeln mit Rührei (c,g) und Salatbeilage	

* Dieses Essen ist angelehnt an die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). Kenntlichmachung von Inhaltsstoffen und Zusatzstoffen (§ 9 Zzu1V):

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

Kenntlichmachung von Allergenen:

a = enthält Gluten, (a1=Weizen, a2=Gerste, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Dinkel), b = enthält Krebstiere, c = enthält Ei, d = enthält Fisch, e = enthält Erdnüsse, f = enthält Sojabohnen, g = enthält Milch (einschl. Lactose),

h = enthält Schalenfrüchte (h1=Mandeln, h2=Haselnüsse, h3=Walnüsse, h4=Cashewnüsse, h5=Pistazien), i = enthält Sellerie, j = enthält Senf, k = enthält Sesamsamen, l = enthält Schwefeldioxid und Sulfite, m = enthält Lupinen, n = enthält Weichtiere

BITTE BEACHTEN: 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 (a,c,g,f,e), Götterspeise (a,c,g,f,e), Rote Grütze (a,c,g,f,e), Quarkspeise (g,i))

Die Köche der Markus-Gemeinschaft wünschen guten Appetit!