

Speiseplan für November 2024 Abgabetermin: 25.10.24

Einrichtung: Grundschule Kölleda

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
Internet: www.gutshof-hautoroda.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)		Tomatencremesuppe (a1,i,g) mit Reis	
Dienstag 05.11.2024	Schichtkraut (a1,j) mit Hackfleisch (S) und Kartoffeln		Spiralnudeln (a1) mit Spinat-Käsesauce (g,a1)	
Mittwoch 06.11.2024	Grießbrei (a1,g) mit Apfelmus (3) Zucker und Zimt		Salami-Schinkenpizza (a1,g,G,S,3,2) mit Salat	
Donnerstag 07.11.2024	Schweineschnitzel (S, a1) mit Rahmblumenkohl (a1,g) und Kartoffeln		paniertes Schollenfilet (F,a1) Senf-Dillsauce (a1,j,g) Kartoffelpüree (g)	
Freitag 08.11.2024	Soljanka (2,3,4,a1,i) mit Brötchen (a1)		Mini Frühlingsrollen (f,a1) mit Asia-Gemüsereis (i) und Süß-Saurer-Sauce (2)	
Montag 11.11.2024	Erbseintopf (a1,j) mit Wiener (S,2,3) und Wurzelgemüse (i)		Muschnudel-Gemüse-Eintopf (a1,i) vegetarisch	
Dienstag 12.11.2024	Wurstgulasch (a1,2,3) mit Nudeln (a1)		Kartoffel-Kürbis-Auflauf (g,a1)	
Mittwoch 13.11.2024	Quarkkeulchen (a1,2,3,5,g,c) mit Apfelmus (3) und Zucker		Hähnchenkeule (G) mit Paprikasauce (a1) dazu Risi-Bisi	
Donnerstag 14.11.2024	gebratenes Seelachsfilet (a1,c,d) mit Kartoffeln und Kräutersauce (a1,g)		Eier (c) in Senfsoße (a1,g,j) mit Kartoffeln	
Freitag 15.11.2024	Würzfleisch vom Huhn (G,a1,g,4) mit Reis		Wirsing-Hackpfanne (S,a1) mit Kartoffeln	
Montag 18.11.2024	Steckrübeneintopf (a1,j) mit Rindfleisch (R)		Gemüseesuppe (a1,i) mit Eierstich (c,g) vegetarisch	
Dienstag 19.11.2024	gebratene Mie-Nudeln (a1) mit Hühnchen (G) und Gemüse (i) dazu Asiasauce		Szegediner Gulasch (S,a1) mit Knödelscheiben (a1,c,g)	
Mittwoch 20.11.2024	Milchreis (g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)		Bratwurst (g,i,j,S) mit Wirsinggemüse (a1,g) und Kartoffeln	
Donnerstag 21.11.2024	Spinat (a1,g) mit Rührei (c) und Kartoffeln		Fischstäbchen (a1,d) mit Kräutersoße (a1,g,j) Kartoffelröree (g) dazu Salatbeilage	
Freitag 22.11.2024	Jägerschnitzel (S,a1,c,j,g) mit Tomatensoße (a,i) und Spirellinudeln (a1)		Kartoffeltaschen (g,i,c) mit Kräuterquark (g) und Salat	
Montag 25.11.2024	Grüner Bohneneintopf mit Rauchfleisch (S,a1,2,3)		Schokoladensuppe (a,g,c,f,e) mit Zwieback (a1)	
Dienstag 26.11.2024	Kohlroulade (S,c,g,j,a,f) mit Krautsauce (a1) und Kartoffeln		gebackene Kartoffelspalten mit Kräuter Dip (g)	
Mittwoch 27.11.2024	hausgemachte Hefeklöße (a1,c,g) mit Birnenkompott (c,g,1,h)		Bratklößchen (S,a1,j,c) Kohlrabigemüse (a1,g) und Kartoffeln	
Donnerstag 28.11.2024	Fleischkäse (S,2,3) mit Zwiebelsauce (a1) und Kartoffelpüree (g)		Fischbratling (d,a1) mit Kartoffelpüree (g), Senf-Dillsauce (a1,g,j) und Gurkensalat (g)	
Freitag 29.11.2024	Bunte Nudeln (a1) mit Tomatensauce (a1)		Käse-Lauch-Suppe (g,a1) mit Hackfleisch (S)	

* 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**