

Speiseplan für Dezember 2022 Abgabetermin:

23.11.2022



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



**GUTSHOF
HAUTERODA**

Einrichtung: Grundschule Kölleda

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

Name:

Kunden-Nr.:

Tag	Essen 1	X	Essen 2	X
Donnerstag 01.12.2022	Hähnchenbrust natur (3,4,9) in Sahnesoße (a1,i,g) mit buntem Gemüse (a1,i,g) und Kartoffeln		* Nudelgemüseauflauf (a1,g,i,j) mit Käse (g) überbacken	
Freitag 02.12.2022	Tortellini (a1,c,g) mit Hackfleischfüllung in Tomatensoße (S,a1,i)		* Hackbraten (S,a1,t,i,j) mit Rotkohl (a1,i,g), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln	
Montag 05.12.2022	*Linseneintopf (a1,i)		gebratene Makkaroni mit Gemüse, Ei (2,3,4,a1,j,i) und Tomatensoße (a1,i)	
Dienstag 06.12.2022	Königsberger Klops (S,a1,i,j) mit Kartoffelpüree (g,i), Soße (a1,i,g) und Salatbeilage		* Schweinegulasch (S,3,4,9,a1,i,j) mit Spirelli (a1)	
Mittwoch 07.12.2022	Milchreis(g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)		Salamipizza (S,8,a1,i,j) mit Käse (g) überbacken, * Gemüsepizza (a1,g,i) mit Käse (g) überbacken	
Donnerstag 08.12.2022	Marinierter Hering (2,d,c,g) mit Salzkartoffeln		* Hähnchenschnitzel (3,4,9,a1,i,j,c) mit Möhrengemüse (a1,g,i), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln	
Freitag 09.12.2022	Bunte Spirelli (a1) mit Tomatensoße (4,a1,i), Schokoladenpudding mit Vanillesoße (1,4,9,a1,c,e,f,g,h)		* Eiergemüseragout (a1,i,c,g) mit Reis	
Montag 12.12.2022	* Graupen-Gemüse-Eintopf (a2,i,g,j)		Tomatensuppe mit Reis (a1,i, g,j)	
Dienstag 13.12.2022	Wurstgulasch (S,8,2,3,4,a1,i,j) mit Makkaroni (a1)		* Spinat (a1,i,g) mit Rührei (c,g) und Kartoffeln	
Mittwoch 14.12.2022	Schweineschnitzel (S,3,4,9, a1,i,c,j) mit Mischgemüse (a1,i,g), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln		* Hackfleischklößchen (S,2,3,4,a1,i,j,c) in Tomatensoße (a1,i) mit Spirelli (a1) und Salatbeilage	
Donnerstag 15.12.2022	* Fischstäbchen (3,4,d,a1,i) mit Petersiliensoße (a1,i,g), Kartoffelpüree (g,i) und Salatbeilage		Grießbrei (a1,g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)	
Freitag 16.12.2022	Bratkartoffeln mit Ei (c,g), Wurst (S,8,2,3,4,c,g,i,j) und Salatbeilage		* Frikassee (a1,i) mit Gemüseris (i)	
Montag 19.12.2022	Möhreneintopf (a1,i)		* Reiseintopf (a1,i)	
Dienstag 20.12.2022	Spirelli (a1) Carbonara (S,8,2,3,4,a1,g,i,j)		* Hackbraten(S,a1,c,i,j) mit Bohnengemüse (a1,i,j,g), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln	
Mittwoch 21.12.2022	* Backfisch (2,3,a1,i,c,d,g) mit Gemüseris (i), Tomatensoße (a1,i,j) und Salatbeilage		Quarkkeulchen (a1,c,g) mit Vanillesoße (3,a1,c,e,f,g)	
Donnerstag 22.12.2022	Hähnchenschnitzel (3,4,9,a1,i,j,c) mit Mischgemüse (a1,g,i), Soße (a1,i,j) und Kartoffeln		* Gemüsegulasch (a1,i,g) mit bunten Spirelli (a1)	
Freitag 23.12.2022	geschlossen		geschlossen	
Montag 26.12.2022	geschlossen		geschlossen	
Dienstag 27.12.2022	geschlossen		geschlossen	
Mittwoch 28.12.2022	geschlossen		geschlossen	
Donnerstag 29.12.2022	geschlossen		geschlossen	
Freitag 30.12.2022	geschlossen		geschlossen	

* 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: Weihnachtsferien vom 22.12.2022 bis 03.01.2023, 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,l))

Die Köche der Markus-Gemeinschaft wünschen guten Appetit!