

Speiseplan für Oktober 2024 Abgabetermin: 19.09.24

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.: 034673/7369-22 Fax: 034673/7369-15
Mail: vertrieb@gutshof-hauteroda.de
Internet: www.gutshof-hauteroda.de

Tag	Essen 1	X	Essen 2	X
Dienstag 01.10.2024	Penne (a1) mit Schinken (S,2,3) -Sahnesoße (a,1,g)		Falafel (ai), Gemüsereis mit Tomatensoße (a1)	
Mittwoch 02.10.2024	Rindergeschnetzeltes (R,i,a1,g) mit Gewürzguke (g,j) und Rote Beete, Kartoffelpüree(g)		Quarkkeulchen (5,3,2,q,1,g,c) mit Vanillesoße (g,1)	
Donnerstag 03.10.2024	Feiertag		Feiertag	
Freitag 04.10.2024	Bratreis mit Gemüse und Kräuterdip (g)			
Montag 07.10.2024	Möhreneintopf mit Kaßler (S,a,1,3)		Kartoffelcremesuppe mit Gemüsestreifen (a,1,g)	
Dienstag 08.10.2024	Maultaschen (a1,i,c) mit Tomatensoße (a1,g)		Eieromlette (c), Kräutersoße (a1,g) mit Kartoffeln	
Mittwoch 09.10.2024	Hähnchenbrust (G) Letschosoße und Butterreis		Kaiserschmarrn (a1,c,g)	
Donnerstag 10.10.2024	paniertes Seelachsfilet (F,q,1,g,j), Bratkartoffeln und Krautsalat		Kartoffel-Schinken-Gratin (a1,g,S,2,3) mit Käse überbacken, Salatbeilage	
Freitag 11.10.2024	Gehacktesstippe (j,S,a1,g) Gewürzgurke und Kartoffelbrei (g)		Kartoffel-Gemüse-Puffer (a,1,c) Kräuterdip (g)	
Montag 14.10.2024	Spätzle-Gemüseintopf mit Rindfleisch (R)		vegetarische Graupeneintopf (a1)	
Dienstag 15.10.2024	Hähnchencordonbleu (G,2,3,a1) Kaisergemüse (a1,g) Soße (a1), Kartoffeln		Gnocci-Spitzkohl-Pfanne (a1)	
Mittwoch 16.10.2024	Schinkennudeln (a1,2,3) mit Tomatensoße (a1)		Milchreis(g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)	
Donnerstag 17.10.2024	Putenrollbraten, (G) Möhrengemüse (a1) mit Soße (a1), Kartoffeln		gedünstetes Fischfilet (j,a1,g), Senf-Dillsoße und Gemüsereis	
Freitag 18.10.2024	Bratkartoffeln mit Rührei (c) und Rohkostbeilage		Chilli con Carne (S,a1), Brötchen (a1)	
Montag 21.10.2024	Linsensuppe (a1,j) mit Rauchfleisch (S,2,3)		Sternchennudelsuppe (a,i) mit bunten Gemüse	
Dienstag 22.10.2024	Schweinegulasch (S, a1,j) mit Penne (a1)		Spätzle-Gemüsepfanne (c,a1,a5) mit Tomatensoße (a1,g)	
Mittwoch 23.10.2024	Nürnberger Rostbratwurst (S) , mit Sauerkraut (5), Soße (a,i),Püree (q)		Hefeklöße (a1,c) mit Birnenkompott	
Donnerstag 24.10.2024	Putenschnitzel (G,a1) mit Erbsen (a1,g) Soße (a1), Kartoffel		Kichererbseneintopf (a1)	
Freitag 25.10.2024	Rührei (c), Rahmspinat (a1,g) und Kartoffeln		Fischfrikadelle (d,a1,g), Remouladensoße (g,2,3,j) mit Gemüsereis	
Montag 28.10.2024	Minestrone-Italienische Gemüsesuppe mit Tortellinieinlage (a1)		Blumenkohlsuppe (a1,g) mit Croutons	
Dienstag 29.10.2024	Bratnudeln mit Wurst (a1), Gemüse und Ei (2,3), Tomatensoße (a1,g)		Eiergemüseragout (c,j), Kartoffeln	
Mittwoch 30.10.2024	Jägerschnitzel (a1,2,3) mit Tomatensoße (ai) und Spirellinudeln (a1)		Quark-Gries-Pfirsich-Auflauf (g,c,a1) dazu Vanillesoße (g)	
Donnerstag 31.10.2024	Feiertag		Feiertag	

* 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 Sulfit, 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**