

# Speiseplan für November 2020 Abgabetermin: 28.10.2020

Einrichtung: Grundschule Kölleda



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



**GUTSHOF  
HAUTERODA**

Hauptstraße 1, 06577 Hauteroda

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
Montag 02.11.2020	*Graupensuppe (a,i)		Linseneintopf (a,i)	
Dienstag 03.11.2020	*Rostbratwurst (2,3,4,a,i,j) mit Sauerkraut (i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		Bunte Spirelli (a) mit Tomatensoße (a,i), Schokopudding (1,a,c,e,f,g) mit Vanillesoße (3,a,c,e,f,g)	
Mittwoch 04.11.2020	Kasslerbraten (3,8) mit Kohlrabigemüse (a,i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		*Hefeklöße (a,c,j) mit Obst	
Donnerstag 05.11.2020	*Nudeln (a) in Spinat-Käse-Soße (,4,a,i)		Eier (c) in Kräutersoße (a,i,g) mit Kartoffeln und Salatbeilage	
Freitag 06.11.2020	Schweinegulasch (a,i,j) mit Spirelli (a)		*Gedünsteter Fisch (d) mit Gemüsereis (i) in Dillsoße (a,i,g)	
Montag 09.11.2020	*Gemüseintopf (a,i,j,g)		Erbseneintopf (a,i) mit Wiener Würstchen (2,3,4,8,a,i,j,g)	
Dienstag 10.11.2020	Hackbraten(a,c,i,j), Soße (a,i,j), Möhrengemüse (a,g,i) und Kartoffeln		*Eiergemüseragout (a,i,c,g) mit Naturreis	
Mittwoch 11.11.2020	*Marinierter Hering (2,d,c,g) mit Salzkartoffeln		*Wurstgulasch (2,3,4,a,i,j) mit Spirelli (a)	
Donnerstag 12.11.2020	*Geschnetzeltes vom Schwein (2,3,4,i,j) mit Kräuterreis		Schweineschnitzel (3,4,9, a,i,c,j) mit Mischgemüse (a,i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln	
Freitag 13.11.2020	Knacker (2,3,4) mit Grünkohl und Kartoffeln		*Gehacktesoße (a,i,j) mit Kartoffelpüree (g)	
Montag 16.11.2020	Schokoladensuppe (1,a,c,e,f,g) mit Zwieback (a)		*Nudelgemüseintopf (a,i,j)	
Dienstag 17.11.2020	Spinat mit Rührei und Kartoffeln		*Fischragout (3,4,a,i,c,d) mit Naturreis (i)	
Mittwoch 18.11.2020	Frikassee (a,i) mit Gemüsereis (i)		*Fleischkäse (2,3,4) mit Erbsengemüse (a,i,g), Soße (a,i,g) und Kartoffeln	
Donnerstag 19.11.2020	Bauerngulasch ( a,i,j) mit Kartoffeln		*Hähnchenbrust (9) geschnetzelt mit Ananas (9,a,i) süßsauer und Curryreis (i)	
Freitag 20.11.2020	Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen (2,3,4,a,g)		*Gemüsegulasch (a,g,i) mit Vollkornspirelli (a)	
Montag 23.11.2020	*Reiseintopf (a,i) mit Fleischeinlage		Möhreneintopf (a,i)	
Dienstag 24.11.2020	Spirelli (a) Bolognese (4,a,i)		Salamipizza (a,i,j) mit Käse (g) überbacken	
Mittwoch 25.11.2020	*Putenschnitzel (3,4,9,a,i,c,j) mit Mischgemüse (a,g,i), Soße (a,i,g) und Kartoffeln		Gehacktes mit Kraut und Kartoffeln	
Donnerstag 26.11.2020	Eier (c) in Petersiliensoße (a,i,g) mit Kartoffelpüree (g,i) und Salatbeilage		*Nudelgemüseauflauf (a,g,i,j) mit Käse (g) überbacken	
Freitag 27.11.2020	*Eierkuchen (4,a,c,g) mit Apfelmus (3)		Bratkartoffeln mit Rührei (c,g) und Salatbeilage	
Montag 30.11.2020	*Gemüseintopf (a,i,j) mit Eierflocken (c)		Weißer Bohneneintopf (a,i,j)	

\* Dieses Essen entspricht den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). Kenntlichmachung von Zusatzstoffen (§ 9 ZZu1V):

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, b = enthält Krebstiere, c = enthält Ei, d = enthält Fisch, e = enthält Erdnüsse, f = enthält Sojabohnen, g = enthält Milch (einschl. Lactose),

h = enthält Schalenfrüchte, i = enthält Sellerie, j = enthält Senf, k = enthält Sesamsamen, l = enthält Schwefeldioxid und Sulfit, m = enthält Lupinen, n = enthält Weichtiere

**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!**