

Speiseplan für Januar 2021 Abgabetermin: 18.12.2020

Einrichtung: Grundschule Kölleda



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



**GUTSHOF
HAUTERODA**

Hauptstraße 1, 06577 Hautoeroda

Tel.: 034673/7369-22

Fax: 034673/7369-15

Mail: vertrieb@gutshof-hautoeroda.de

Internet: www.gutshof-hautoeroda.de

Name:

Kunden-Nr.:

Tag	Essen 1	X	Essen 2	X
Freitag 01.01.2021	Feiertag		Feiertag	
Montag 04.01.2021	* Gemüse Eintopf (a,i,j,g)		Nudelsuppe (9,a,i)	
Dienstag 05.01.2021	* Gebratener Fisch (3,4,a,i,c,d) mit Gemüsereis (i)		Wurstgulasch (8,2,3,4,a,i,j) mit Spirelli (a)	
Mittwoch 06.01.2021	Schweineschnitzel (3,4,9, a,i,c,j) mit Mischgemüse (a,i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		* Kräuterquark (a,g) mit Salzkartoffeln	
Donnerstag 07.01.2021	* Fleischkäse (2,3,4,8) mit Bohnengemüse (a,i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		Eiergemüse ragout (a,i,c,g) mit Reis	
Freitag 08.01.2021	Eierkuchen (4,a,c,g) mit Apfelmus (3)		Tortellini (a,c,g) mit Hackfleischfüllung (2,3,4,a,i,j,c) und Tomatensoße (a,i)	
Montag 11.01.2021	* Reisgemüse Eintopf (a,i)		Möhren - Kartoffeleintopf (a,i)	
Dienstag 12.01.2021	* gebratene Jagdwurstscheibe (8,2,3,4,a,j,i) mit Tomatensoße (a,i) und Spirelli (a)		Gulasch (4,a,i,g) mit Kartoffelpüree (g,i)	
Mittwoch 13.01.2021	* Eier (c) in Senfsoße (a,i,j,g) mit Kartoffeln und Salatbeilage		Spirelli (a) Carbonara (2,8,3,4,a,g,i,j)	
Donnerstag 14.01.2021	* Grießbrei (a,g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)		Cordon Bleu (3,4,9,a,c,i,j) mit Möhrengemüse (a,g,i), Soße (a,i,j) und Kartoffeln	
Freitag 15.01.2021	Hähnchenkeule (4) mit Rotkohl (g,i), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		* Fischgemüse ragout (3,4,a,i,c,d,g) mit Kräuterreis	
Montag 18.01.2021	Erbse Eintopf (a,i) mit Wiener Würstchen (2,3,4,8,a,i,j,g)		* Kürbiscremsuppe (a,i,g,j) mit Vollkornbrötchen (a) aus hauseigener Bäckerei	
Dienstag 19.01.2021	Szegediner Gulasch (4,8,a,i,g) mit Kartoffeln		* Hackbraten mit Rotkohl (a,i,j), Soße (a,i,j) und Kartoffeln	
Mittwoch 20.01.2021	Spirelli (a) Bolognese (4,a,i)		* Gemüselasagne (a,g,i) mit Käse (g) überbacken	
Donnerstag 21.01.2021	Kasslerbraten (3,8) mit Erbsengemüse (a,i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		* Gebratener Fisch (3,4,a,i,c,d) mit Gemüsereis (i) und Petersiliensoße (a,i,j)	
Freitag 22.01.2021	Frikassee (a,i) mit Gemüsereis (i)		Rostbratwurst (8,2,3,4,a,i,j) , mit bayrisch Kraut (a,i,g), Soße (a,i) und Kartoffeln	
Montag 25.01.2021	Schokoladensuppe (1,a,c,e,f,g) mit Zwieback (a)		* Linseneintopf (a,i)	
Dienstag 26.01.2021	* gebratene Nudeln mit Wurst (8,2,3,4,a,j,i), Ei (c) und Tomatensoße (a,i), dazu Salatbeilage		Hackfleischlasagne (2,3,4,a,g,i)	
Mittwoch 27.01.2021	Bratkloßchen (a,c,i,j), mit Mischgemüse (a,g,i), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		* Milchreis(g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)	
Donnerstag 28.01.2021	hausgemachte Hefekloße (a,c,g) mit Obst (2,a,h)		Spirelli (a) mit Spinat-Käse-Soße (4,g,a,i)	
Freitag 29.01.2021	Bratkartoffeln mit Rührei (c,g) und Salatbeilage		Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen (8,2,3,4,a,g)	

* 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 Sulfite, m = enthält Lupinen, n = enthält Weichtiere

BITTE BEACHTEN: In unserer Demeter-Bäckerei werden die aufgeführten Backwaren (Brot, Brötchen, Pizzateig, Hefekloße) 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!