

# Speiseplan für Oktober 2021 Abgabetermin: 24.09.2021

Einrichtung: Grundschule Kölleda



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



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
Freitag 01.10.2021	* Frikassee (a,i) mit Gemüsereis (i)		Gehacktesoße (a,i,j) mit Kartoffelpüree (g)	
Montag 04.10.2021	Tomatensuppe (a,i,g,j) mit Reis		* Linsen-Gemüse-Kartoffeleintopf (a,i)	
Dienstag 05.10.2021	* Jägerschnitzel (2,3,4,8,a,j,i,c) mit Tomatensoße (a,i) und Spirelli (a)		Szegediner Gulasch (4,8,a,i,g) mit Kartoffeln	
Mittwoch 06.10.2021	* Gehacktes mit Kraut (a,j,i) und Kartoffelpüree (g.)		Kasslerbraten (3,8) mit Bohnengemüse (a,i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln	
Donnerstag 07.10.2021	Putenschnitzel (3,4,9,a,i,c,j) mit Möhrengemüse (a,g,i), Soße (a,i,g) und Kartoffeln		* Quarkkeulchen (a,c,g) mit Vanillesoße (3,a,c,e,f,g)	
Freitag 08.10.2021	Spirelli (a) Carbonara (8,2,3,4,a,g,i,j)		* Hähnchenbrust (9) in Gemüsesoße (a,i,g) mit Tomatenreis (i) und Salatbeilage	
Montag 11.10.2021	Nudelsuppe (a,i) mit Hühnerfleisch (9)		* Kürbiscremesuppe (a,i,g,j) mit Vollkornbrötchen aus hauseigener Bäckerei	
Dienstag 12.10.2021	* Hähnchenbrust (9) geschneuzelt mit Ananas (9,a,i) süßsauer und Reis		gebratene Makkaroni mit Gemüse, Ei (2,3,4,a,j,i) und Tomatensoße (a,i,g)	
Mittwoch 13.10.2021	* Bratklößchen (a,c,i,j) mit Mischgemüse (a,g,i), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		Bunter Kartoffelsalat (g,c,i,j) mit Wiener Würstchen (8,2,3,4,a,j,i,g) und Salatbeilage	
Donnerstag 14.10.2021	* Gedünsteter Fisch (3,4,a,i,c,d) mit Kartoffelpüree (g), Petersiliensoße (a,i,g) und Salatbeilage		Bayrischer Leberkäse (8,2,3,4) mit bayrisch Kraut (a,i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln	
Freitag 15.10.2021	Schmorbraten (3,4,9) mit Rosenkohl (a,i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		Bratkartoffeln mit Rührei (c,g), Wurst (8,2,3,4,c,g,i,j) und Salatbeilage	
Montag 18.10.2021	Grüner Bohneneintopf (a,i,j)		* Möhreintopf (a,i)	
Dienstag 19.10.2021	* Chili con Carne (a,i,j) mit Spirelli (a)		Hähnchenschnitzel (3,4,9,a,i,j,c) mit Erbsengemüse (a,g,i), Soße (a,i,j) und Kartoffeln	
Mittwoch 20.10.2021	Currywurst (8,2,3,4,a,i,j) mit Currysahnesoße (a,i,j,g), Kartoffelpüree (g) und Salatbeilage		* Ungarischer Gulasch (a,i,j) mit Kartoffeln	
Donnerstag 21.10.2021	Grießbrei (a,g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)		* Kräuterquark (g) mit Kartoffeln	
Freitag 22.10.2021	Hähnchenkeule (4) mit Rotkohl (g,i), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		* Nudelgemüseauflauf (a,g,i,j) mit Käse (g) überbacken	
Montag 25.10.2021	Graupensuppe (a,i)		* Linseneintopf (a,i)	
Dienstag 26.10.2021	Rostbratwurst (8,2,3,4,a,i,j) mit Sauerkraut (i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		* Bunte Spirelli (a) mit Tomatensoße (a,i), Schokopudding (1,a,c,f,e,g) mit Vanillesoße (3,a,c,e,f,g)	
Mittwoch 27.10.2021	* Fischstäbchen (3,4,d,a,i) in Petersiliensoße (a,i,g) mit Gemüsereis (i)		* hausgemachte Hefeklöße (a,c,g) mit Obst (2,a,h)	
Donnerstag 28.10.2021	Kasslerbraten (3,8,) mit Kohlrabigemüse (a,i,g), Soße (a,i,j) und Kartoffeln		* Bratkartoffeln mit Rührei (c,g) und Wurst (8,2,3,4,c,g,i,j)	
Freitag 29.10.2021	Schweinegulasch (a,i,j) mit Spirelli (a)		* Gedünsteter Fisch (d) in Kräutersoße (a,i,g) mit Kartoffelpüree (g) und Salatbeilage	

\* 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: Herbstferien vom 25.10.2021 bis 06.11.2021, 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!