

Speiseplan für September 2023 Abgabetermin: 14.09.2023

Einrichtung: Regelschule "Fr. -Ludwig Jahn"

**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.deInternet: www.gutshof-hauteroda.de

Name:

Kunden-Nr.:

Tag	Essen 1	X	Essen 2	X
Montag 18.09.2023	Möhreneintopf (a,i)			
Dienstag 19.09.2023	Eierkuchen (4,a1,c,g) mit Apfelmus (3)			
Mittwoch 20.09.2023	Feiertag			
Donnerstag 21.09.2023	Frikassee (a1,i) mit Gemüsereis (i)			
Freitag 22.09.2023	Königsberger Klops (a1,c,i,j) mit Kartoffelpüree und Salatbeilage			
Montag 25.09.2023	*Gemüseeintopf (a1,i,j,g)			
Dienstag 26.09.2023	Spinat (a1,i,g) mit Rührei (c,g) und Kartoffeln			
Mittwoch 27.09.2023	*Milchreis(g) mit Zucker, Zimt und Apfelmus (3)			
Donnerstag 28.09.2023	Wurstgulasch (S,2,3,4) mit Spirelli (a1)			
Freitag 29.09.2023	*Gehacktesoße (a1,i,j) mit Kartoffelpüree (g)			

Unseren Speiseplan finden Sie auch ONLINE unter www.markus-gemeinschaft.de*** 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

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!**