

















Wir machen Zukunft.

... miteinander

Speiseplan

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg

von Montag 15.01. bis Freitag den 19.01.2018 / 3.KW

	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert 	Dessert
Montag	Putengyros mit Weißkrautsalat ⁽²⁾ , Tzaziki und Fladenbrot	 Tortellinauflauf mit Käse überbacken, Tomatensoße	 Wildlachs gedämpft, mit Schnittlauchsoße, Salzkartoffeln und Gurkensalat	 Obst
Dienstag	Hähnchenspieß mit Curry-Gemüsesoße (Karotten, Porree, Sellerie), Reis	 Bandnudeln mit Brokkoli in heller Soße	Kartoffelsuppe mit Geflügelwürstchen ^(2,3,8) und Vollkornbrötchen, Eisbergsalat mit Joghurtdressing	 Milchreis
Mittwoch	Currywurst ^(2,3,8) mit Pommes Frites 	 Seelachsfilet auf Tomatenweiße Bohnen- Ragout mit Salzkartoffeln	 Vollkornnudelauf mit Paprika, Tomaten und Käse überbacken, Tomatensoße	 Obst
Donnerstag	Cevapcici mit Bratensoße und Reis  	 Couscous- Gemüsepfanne (Karotten, Erbsen, Mais, Bohnen, Paprika) mit Käsesoße ⁽³⁾	Hähnchengeschnetzeltes in Kokosmilch mit Erbsen, Möhren und Brokkoli dazu Reis	 Erdbeeryoghurt
Freitag				

Zusatzstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln, 10 = enthält Phenylalaninquelle, 11 = chininhaltig



Eine Menülinie unserer Mittagsverpflegung hat eine **DGE-Zertifizierung** erhalten und wurde mit diesem Logo ausgezeichnet. Basis der Zertifizierung ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ Ernährung e. V. Die Einhaltung der Kriterien wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) überprüft.



