



# Speiseplan 03

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg  
von Montag 20.03. bis Freitag den 24.03.2023 / 12. KW

... miteinander

	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert	Dessert
<b>Montag</b>	Hähnchenbrust auf Bandnudeln (a,a1,d) mit Käserahmsoße (1, a,a1,a5,b,b1)	Couscous- Gemüsepfanne (a,a1) (Karotten,Erbsen, Mais, Bohnen, Paprika) mit heller Soße(1, a,a1,a5,b,b1)	gedämpftes Seelachsfilet(e) auf Couscous- Gemüsepfanne(a,a1) mit heller Soße(a,a1,a5,b,b1)	Obst
<b>Dienstag</b>	Spaghetti (a,a1) Bolognese (a,a1,b,b1,d,g,i,j), Karottenwürfel		Rote Linsen- Kokos-Suppe mit Vollkornbrötchen (a,a1,a4,a5,a6,b,b1,g,k) Karottenrohkost -vegan-	Brombeerjoghurt (b,b1)
<b>Mittwoch</b>	Schweineschnitzel Cordon bleu(2,3,a,a1,b,b1,d) mit Kohlrabigemüse und Kartoffelgratin(b,b1)		Wok- Gemüse (Weißkohl, Bambus, Porree, Paprika, Zuckerschoten, Zwiebeln) mit Asiasoße (a,a1,b,b1,g) und Naturreis	Obst
<b>Donnerstag</b>	Paprika- Putengulasch mit Reis	gefüllte Paprikaschote(a,a1,i,j) -vegan- mit Rosmarin- Gemüesoße(Tomaten, Auberginen, Zwiebeln, Zucchini) und Reis	Hokifilet(e) gebraten mit Senfsoße(a,a1,a5,b,b1,j), Salzkartoffeln und Tomatensalat	Schokoladenpudding (b,b1)
<b>Freitag</b>				

**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



Die grün hinterlegten Angebote/ Komponenten entsprechen den "DGE- Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas" sowie den "DGE- Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen" und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.



**Allergene:** a=glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Kanut, a4=Roggen, a5=Gerste a6=Hafer a7= Hybritstämme, b=Milch und-erzeugnisse b1=Laktose, c=Krebstiere d=Eier und-erzeugnisse, e= Fisch und-erzeugnisse, f=Erdnüsse, g=Soja, h=Schalenfrüchte, h1=Mandeln, h2=Haselnüsse, h3= Walnüsse, h4=Cashewnüsse, h5=Pecanüsse h6=Paranüsse, h7=Pistatien, h8= Macadamia oder Queenslandnüsse, i=Sellerie, j=Senf, k=Sesam, l=Schwefeldioxyd, m=Lupiene, n=Weichtiere



