















Speiseplan 05

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg
 von Montag 13.11. bis Freitag den 17.11.2023 46. KW

... miteinander

	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert	
Montag	 Schweineschnitzel (a,a1) mit Erbsen und Möhren in weißer Soße (a,a1,a5,b,b1), Salzkartoffeln	vegetarisches Schnitzel (a,a1,a6,b,b1) mit Erbsen und Möhren in weißer Soße (a,a1,a5,b,b1), Salzkartoffeln	 Fischroulade (a,a1,b,b1,e)(Seelachs) gefüllt mit Gemüse(Blumenkohl, Brokkoli, Möhren), Brokkoli in heller Soße (a,a1,a5,b,b1) und Vollkornreis	Obst
Dienstag	Grünkohl(i) mit Kohlwurst(1,2,8) und Röstkartoffeln 		 Vollkornspaghetti (a,a1) mit Tomatensoße (vegan) bunter Salat (Eisberg, Tomate, Gurke, Paprika mit Joghurtdressing (b,b1))	 Mangoquark (b,b1)
Mittwoch	Putenrollbraten mit Kaisergemüse (Blumenkohl, Brokkoli, Möhren), Soße und Salzkartoffeln		 Kichererbsen- Tomatensuppe mit Reis und Vollkornbrötchen	 Obst
Donnerstag	Nudeln (a,a1) mit Tomatensoße und Hackfleischbällchen (a,a1,d)  	 Nudeln (a,a1) mit Tomatensoße und Falafelbällchen (a,a1,i)	 paniertes Schollenfilet (a,a1,e) gebraten, Petersiliensoße (a,a1,a5,b,b1), Salzkartoffeln, Eisbergsalat mit Joghurtdressing (b,b1)	 Himbeerjoghurt (b,b1)
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



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