















Speiseplan 05

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg
 von Montag 05.12. bis Freitag den 09.12.2022 / 49. KW

... miteinander

	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert	Dessert
Montag	 Schweineschnitzel (a,a1) mit Erbsen und Möhren in weißer Soße (a,a1,a5,b,b1), Kartoffelecken (a,a1)	Cannelloni Ricotta Spinaci (a,a1,b,b1,d) gefüllt mit Ricotta und Spinat, Tomatensoße und Käse (b) überbacken 	 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	Ofen- Gnocchi (d) mit Tomaten, Mozzarella (b,b1) überbacken und Ruccula, Hähnchenbrust		 Vollkornspaghetti (a,a1) mit Tomatensoße (vegan) bunter Salat (Eisberg, Tomate, Gurke, Paprika mit Joghurtdressing (b,b1))	 Mangoquark (b,b1)
Mittwoch	Wildragout mit Rotkohl (g) und Spätzle (a,a1,d)		Erbseneintopf mit Geflügelwürstchen (2,3,8) und Vollkornbrötchen (a,a1,a4,a5,a6,b,b1,g,k) (auch vegetarisch)	 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=Korn, a4=Roggen, a5=Gerste a6=Hafer a7= Hybridstämme, 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=Pistazien, h8= Macadamia oder Queenslandnüsse, i=Sellerie, j=Senf, k=Sesam, l=Schwefeldioxyd, m=Lupine, n=Weichtiere