












# Speiseplan 07

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg  
 von Montag 19.12. bis Freitag den 23.12.2022 / 51. KW

... miteinander

	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert	Dessert
<b>Montag</b>	Geschnetzeltes (a,a1,a5,b,b1g,i) mit Paprikastreifen, Erbsen und Reis 	vegetarisches Geschnetzeltes (a,a1,a5,a6,b,b1,g,i) mit Paprikastreifen, Erbsen und Reis 	mediterranes Seelachsfilet <sup>(e)</sup> gebacken auf Vollkornnudel <sup>(a,a1)</sup> - Gemüsepfanne (Tomaten, Zucchini,Aubergine,Zwiebel, Paprika) Italienische Kräutersoße <sup>(a,a1,a5,b,b1)</sup> 	Obst 
<b>Dienstag</b>	vegetarisch gefüllte Zucchinihälfte <sup>(2,b,b1)</sup> (Reis, Zwiebeln, Paprika, Mais, Frischkäse) mit Käse <sup>(b,b1)</sup> überbacken, Tomatensoße und Gemüsereis (Karotten, Porree, Sellerie) 		Rindfleischstreifen mit Champignons und Zwiebeln in brauner Soße <sup>(a,a1,a5,g,i)</sup> Vollkornnudeln <sup>(a,a1)</sup> und buntem Salat (Eisberg, Gurke, Tomate, Paprika)	Aprikosenquark <sup>(b,b1)</sup> 
<b>Mittwoch</b>	Hacksteak <sup>(a,a1,d)</sup> mit Blumenkohl und Kroketten <sup>(b,b1)</sup> 		Kichererbsentopf <sup>(3)</sup> mit Karotten, Paprika in Tomatensoße, Frühlingszwiebeln und Vollkorn Penne Nudeln <sup>(a,a1)</sup> - <b>vegan</b> - 	Obst 
<b>Donnerstag</b>	Letzter Schultag vor den Ferien kein Mittagessen	Letzter Schultag vor den Ferien kein Mittagessen	Letzter Schultag vor den Ferien kein Mittagessen	
<b>Freitag</b>	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	

**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