















Speiseplan 07

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg
 von Montag 20.02. bis Freitag den 24.02.2023 / 8. KW

... miteinander

	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert	Dessert
Montag	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 ^(e) gebacken auf Vollkornnudel ^(a,a1) - Gemüsepfanne (Tomaten, Zucchini,Aubergine,Zwiebel, Paprika) Italienische Kräutersoße ^(a,a1,a5,b,b1) 	 Obst
Dienstag	vegetarisch gefüllte Zucchinihälfte ^(2,b,b1) (Reis, Zwiebeln, Paprika, Mais, Frischkäse) mit Käse ^(b,b1) überbacken, Tomatensoße und Gemüsereis (Karotten, Porree, Sellerie) 		Rindfleischstreifen mit Champignons und Zwiebeln in brauner Soße ^(a,a1,a5,g,i) Vollkornnudeln ^(a,a1) und buntem Salat (Eisberg, Gurke, Tomate, Paprika)	 Aprikosenquark ^(b,b1)
Mittwoch	Hacksteak ^(a,a1,d) mit Blumenkohl, holländischer ^(a,a1,a5,b,d,j) Soße und Kroketten ^(b,b1) 		 Kichererbsentopf ⁽³⁾ mit Karotten, Paprika in Tomatensoße, Frühlingszwiebeln und Vollkorn Penne Nudeln ^(a,a1) -vegan-	 Obst
Donnerstag	Tortellini Tricolore ^(a,a1,b,b1,d) mit Tomatensoße 		 Wildlachsfilet ^(e) gebraten mit Kräutersoße ^(a,a1,a5,b,b1) , Salzkartoffeln und Tomatensalat	 Waldfruchtjoghurt ^(b,b1) Brombeer, Erdbeer, Heidelbeer, Himbeer, rote und schwarze Johannisbeere
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