

Speiseplan 06

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg

von Montag 08.07. bis Freitag den 12.07.2024 / 28. KW

... miteinander	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert	Dessert
Montag	Hähnchenbrust gebraten mit Pfannengemüse (Karotten, Erbsen, Mais, Bohnen, Paprika) und Kroketten (b,b1)	vegetarisches Steak ^(a,a1,a6,b,b1,d) gebraten mit Pfannengemüse (Karotten, Erbsen, Mais, Bohnen, Paprika) und Kroketten (b,b1)	Seelachsfilet in Eihülle ^{a,a1,d,e)} gebraten, Tomatensoße und Vollkorn-Gemüsereis (Karotten, Porree, Sellerie)	Obst
Dienstag	Geschnetzeltes ^(a,a1,a5,b,b1g,i) mit Paprikastreifen, Erbsen und Reis		Vollkornnudeln ^(a,a1) mit Spinat- Käsesoße ^(1,a,a1,a5,b,b1) gemischer Salat (Eisberg, Gurke, Tomate mit Joghurtdressing (b,b1)	Fruchtquark Erdbeere (b,b1)
Mittwoch	Spaghetti ^(a,a1) Carbonara mit Sahnesoße ^(b,b1,) und Speckwürfel ^(2,3,8)		Erbseneintopf mit Geflügelwürstchen ^(2,3,8) und Vollkornbrötchen ^(a,a1,a4,a5,a6,b,b1,g,k) (auch vegetarisch)	Obst
Donnerstag	Rinderfrikadelle ^(a,a1,d) mit Buttermais und Wedges ^(a,a1)	Blumenkohl- Käsestern ^(a,a1,b,b1,d) mit Buttermais und Wedges ^(a,a1)	Hokifilet ^(e) im Ofen gebacken mit Kartoffelpüree ^(b,b1) , dazu Karottensalat	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=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

