

Speiseplan 01

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg
 von Montag 18.11. bis Freitag den 22.11.2024 / 47. KW

... miteinander	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert	Dessert
Montag	Putengyros mit Weißkrautsalat ⁽³⁾ , Tzaziki ^(b,b1) und Reis	vegetarisches Gyros ^(a,a1,a6,b,b1) mit Weißkrautsalat ⁽³⁾ , Tzaziki ^(b,b1) und Reis	gedünsteter Kabeljau ^(e) mit Schnittlauchsoße, Zuckerschoten und Salzkartoffeln	Obst
Dienstag	Grünkohl ^(j) mit Kohlwurst ^(1,2,8) und Röstkartoffeln		Linsenbolognese ^(a,a1) mit Karottenwürfel, Vollkornnudeln ^(a,a1) , gemischter Salat ^(Eisbergsalat, Gurke, Tomate) mit Joghurdressing ^(b,b1) und Parmesan ^(2b,b1,d)	Heidelbeerjoghurt ^(b,b1)
Mittwoch	Eier ^(d) in Senfsoße ^(j) mit Kartoffeln und roter Beete ⁽⁹⁾		Hähnchenbrust auf Ratatouillegemüse (Tomaten, Zucchini, Zwiebeln, Auberginen, Paprika) mit Vollkornreis	Obst
Donnerstag	Leberkäse ^(2,3,8) mit Blumenkohl, brauner Soße und Salzkartoffeln	vegane Frikadelle ^(a,a1,j) mit Blumenkohl, brauner Soße und Salzkartoffeln	Seehecht ^(a,a1,e) gebraten mit Couscous, Petersiliensoßesoße und Eisbergsalat mit Joghurdressing ^(b,b1)	Fruchtquark Sauerkirsche ^(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