## Wir machen Zukunft.

## Speiseplan 02

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg

## von Montag 03.11. bis Freitag den 07.11.2025 / 45. KW

miteinander	Essen 1	Essen 2	Essen 3  DGE-zertifiziert	Dessert
Montag	Currywurst <sub>(2,3,8)</sub> mit Currysoße <sub>(9)</sub> und Kartoffelsalat <sub>(2, a,a1,d,j)</sub>	vegetarische Currywurst <sub>(g)</sub> mit Currysoße <sub>(9)</sub> Kartoffelsalat <sub>(2,a,a1,d,j)</sub>	Seelachsfilet in Eihülle a,a1,d,e) gebraten, Tomatensoße und Vollkorn-Gemüsereis (Karotten, Porree, Sellerie)	Obst
Dienstag	Bifteki (b,b1,d), mit Frischkäse gefülltes Rinderhacksteak, Tomatenreis und Tzaziki (b,b1)		Vollkornnudeln (a,a1) mit Spinat- Käsesoße(1, b,b1) gemischter Salat (Eisberg, Gurke, Tomate mit Joghurtdressing (b,b1)	Erdbeerjoghurt (b,b1)
Mittwoch	mediterrane Hähnchenbrust auf Tomatensugo mit Oliven und Feta (b,b1) dazu Reis		Erbseneintopf mit Geflügelwürstchen(2,3,8) und Vollkornbrötchen (a,a1,a4,a5,a6,b,b1,g,k) (auch vegetarisch)	Obst
Donnerstag	Ravioli (a,a1) "Carne" mit Hackfleischfüllung und Tomatensoße	vegane Ravioli <sub>(a,a1)</sub> mit Tomatensoße	Hokifilet <sub>(e)</sub> im Ofen gebacken mit heller Soße Kartoffelpüree (b,b1), dazu Karottensalat	Milchreis (b,b1)
Freitag				
<b>Zusatzstoffe:</b> 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst				

LEBENSHILFEWERK Kreis Herzogtum Lauenburg

Allergene:



8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln, 10 = enthält Phenylalaninquelle, 11 = chininhaltig

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.

Die grün hinterlegten Angebote/ Komponenten entsprechen den "DGE- Qualitätsstandard für die

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