

# Speiseplan 05

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg

von Montag 24.11. bis Freitag den 28.11.2025 / 48. KW

| ... miteinander      | Essen 1                                                                                                                                                                                                                                                   | Essen 2                                                                                                | Essen 3<br>DGE-zertifiziert                                                                                                                                                              | Dessert                          |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Montag</b>        | Hähnchenschnitzel <sup>(a,a1)</sup> mit Erbsen und Möhren in weißer Soße, Salzkartoffeln                                                                                                                                                                  | vegetarisches Schnitzel <sup>(a,a1,a6,b,b1)</sup> mit Erbsen und Möhren in weißer Soße, Salzkartoffeln | gedämpftes Seelachsfilet <sup>(e)</sup> mit Erbsen, Vollkornreis und heller Soße                                                                                                         | Obst                             |
| <b>Dienstag</b>      | Hähnchenkeulensteak mit Schnippelbohnen in Rahm und Rosmarinkartoffeln                                                                                                                                                                                    |                                                                                                        | Kartoffelgulasch mit buntem Karottengemüse                                                                                                                                               | Mangoquark <sup>(b,b1)</sup>     |
| <b>Mittwoch</b>      | Geflügelbratwurst <sup>(Truthahn, Hähnchen)</sup> mit Kaisergemüse (Blumenkohl, Brokkoli, Möhren), Soße und Salzkartoffeln                                                                                                                                |                                                                                                        | Rote Linsen- Kokos-Suppe mit Vollkornbrötchen <sup>(a,a1,a4,a5,a6,b,b1,g,k)</sup> Karottenrohkost <b>-vegan-</b>                                                                         | Obst                             |
| <b>Donnerstag</b>    | Nudeln <sup>(a,a1)</sup> mit Tomatensoße und Rindfleischbällchen <sup>(a,a1,d)</sup>                                                                                                                                                                      | Nudeln <sup>(a,a1)</sup> mit Tomatensoße und Falafelbällchen <sup>(a,a1,i)</sup>                       | Hokifilet <sup>(a,a1,e)</sup> gebraten mit Senfsoße <sup>(j)</sup> , Salzkartoffeln und bunter Salat <sup>(Tomate, Gurke, Paprika, Eisbergsalat)</sup> Joghurtdressing <sup>(b,b1)</sup> | Himbeerjoghurt <sup>(b,b1)</sup> |
| <b>Freitag</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                          |                                  |
| <b>Zusatzstoffe:</b> | 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst<br>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= Hybristämme, 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