

Speiseplan 02

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg

von Montag 12.01. bis Freitag den 16.01.2026 / 03. KW

... miteinander	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert	Dessert
Montag	Currywurst _(2,3,8) mit Currysoße ₍₉₎ und Kartoffelsalat _(2, a,a1,d,j)	vegetarische Currywurst ₍₉₎ mit Currysoße ₍₉₎ Kartoffelsalat _(2,a,a1,d,j)	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 Tzatziki _(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		Erbseeneintopf 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 _(a,a1) mit Tomatensoße	Hokifilet _(e) im Ofen gebacken mit heller Soße Kartoffelpüree _(b,b1) , dazu Karottensalat	Milchreis _(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