

# Speiseplan 02

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg

von Montag 09.03. bis Freitag den 13.03.2026 / 11. KW

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

**Zusatzstoffe:** 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärtzt, 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