

# Speiseplan 02

Mensa der Gelehrtenschule in Ratzeburg

von Montag 29.06. bis Freitag den 03.07.2026 / 27. KW

... miteinander	Essen 1	Essen 2	Essen 3 DGE-zertifiziert	Dessert
<b>Montag</b>	Currywurst <sup>(2,3,8)</sup> mit Currysoße <sup>(9)</sup> und Kartoffelsalat <sup>(2, a,a1,d,j)</sup>	vegetarische Currywurst <sup>(g)</sup> mit Currysoße <sup>(9)</sup> Kartoffelsalat <sup>(2,a,a1,d,j)</sup>	Seelachsfilet in Eihülle <sup>a,a1,d,e)</sup> gebraten, Tomatensoße und Vollkorn-Gemüsereis (Karotten, Porree, Sellerie)	Obst
<b>Dienstag</b>	Bifteki <sup>(b,b1,d)</sup> , mit Frischkäse gefülltes Rinderhacksteak, Tomatenreis und Tzaziki <sup>(b,b1)</sup>		Vollkornnudeln <sup>(a,a1)</sup> mit Spinat- Käsesoße <sup>(1, b,b1)</sup> gemischter Salat (Eisberg, Gurke, Tomate mit Joghurtdressing <sup>(b,b1)</sup> )	Erdbeeryoghurt <sup>(b,b1)</sup>
<b>Mittwoch</b>	mediterrane Hähnchenbrust auf Tomatensugo mit Oliven und Feta <sup>(b,b1)</sup> dazu Reis		Erbseneintopf mit Geflügelwürstchen <sup>(2,3,8)</sup> und Vollkornbrötchen <sup>(a,a1,a4,a5,a6)</sup> (auch vegetarisch)	Obst
<b>Donnerstag</b>	Ravioli <sup>(a,a1)</sup> "Carne" mit Hackfleischfüllung und Tomatensoße	vegane Ravioli <sup>(a,a1)</sup> mit Tomatensoße	Hokifilet <sup>(e)</sup> im Ofen gebacken mit heller Soße Kartoffelpüree <sup>(b,b1)</sup> , dazu Karottensalat	Milchreis <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 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= Hybridstämme, 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=Pistazien, h8= Macadamia oder Queenslandnüsse, i=Sellerie, j=Senf, k=Sesam, l=Schwefeldioxyd, m=Lupiene, n=Weichtiere