



**MARITIMES
KOMPETENZZENTRUM
ELSFLETH gGmbH**

Speiseplan

22.09.2025 bis 26.09.2025

Montag, 22.09.2025	Currywurst - Lasagne mit Salat und Dessert ^(G)
Dienstag, 23.09.2025	Paniertes Kotelett auf dicken Bohnen in Rahm mit Petersilienkartoffeln. Dessert
Mittwoch, 24.09.2025	Asia Bowl mit Mie Nudeln, Paprika Letscho, Kimchi, Crispy Chicken, Erdnussoße, Sweat Chili Soße und geröstetem Sesam. Dessert
Donnerstag, 25.09.2025	Hackbraten mit brauner Soße, Erbsen und Möhrengemüse an Salzkartoffeln. Dessert ^(G)
Freitag, 26.09.2025	Geschmorter Fisch in Mediterranem Gemüse und Polenta. Dessert ^(B,G)

Die Mensa ist hauptsächlich für die Auszubildenden und Lehrgangsteilnehmer vorgesehen.

Gäste sind herzlich willkommen und können in der Zeit zwischen 12.00 und 13.00 Uhr ohne Voranmeldung bei uns essen.

Gruppen bitten wir sich spätestens 2 Tage vorher bis 09.00 Uhr anzumelden. Tel.: 04404 98954-14

Preis Mo., Di., Mi., Fr. 7,00 €

Preis Donnerstag 8,00 €

Ab sofort alle Speisen auch außer Haus. Bestellung bis 09.00 Uhr – Abholung ab 12.00 Uhr

Übersicht Kennzeichnungspflichtige Allergene: A=Glutenhaltiges Getreide (A1 Weizen,A2 Roggen,A3 Gerste, A4 Hafer,A5 Dinkel,A6 Kamut, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse), B= Krebstiere, C=Eier, D= Fisch, E= Erdnüsse, F= Soja, G= Milch inkl. Milchzucker, H= Schalenfrüchte, Nüsse (H1 Mandeln,H2 Haselnüsse,H3 Walnüsse H4 Kaschu/Cashewnüsse, H5 Pecannüsse, H6 Paranüsse, H7 Pistazien, H8Macadamia oder Queenslandnüsse, sowie die daraus hergestellten Erzeugnisse), I= Sellerie, J= Senf, K= Sesamsamen, L= Schwefeldioxid / Sulfite ab einer Konzentration über 10 mg/kg oder mg/l, M= Lupinen, N= Weichtiere. Für Allergene, die möglichen Spuren enthalten, fragen Sie bitte das Küchenpersonal. Übersicht Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff oder konserviert, 3 = mit Nitritpökelsalz, mit Nitrat oder mit Nitritpökelsalz und Nitrat, 4 = mit Antioxidationsmittel, 5 = mit Geschmacksverstärker, 6 = geschwefelt, 7 = geschwärzt, 8 = mit Süßungsmitteln bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 10 = enthält eine Phenylalaninquelle, 11 = mit Phosphat, 12 = gewachst, 13 = inhalig, 14 = erhöhter Koffeingehalt, 15 = konserviert mit Thiabendazol, 16 = genetisch verändert, R=Rindfleisch, S=Schweinefleisch, GE=Geflügel



**MARITIMES
KOMPETENZZENTRUM
ELSFLETH gGmbH**

Vegetarischer Speiseplan

22.09.2025 bis 26.09.2025

Nur auf Vorbestellung bis 10:00 Uhr

Montag, 22.09.2025	Vegetarische Currywurstlasagne mit Salat. Dessert (A, G, C, H1)
Dienstag, 23.09.2025	Rote Beete–Möhren-Gulasch mit Nudeln. Dessert
Mittwoch, 24.09.2025	Asia Bowl mit Mie Nudeln, Paprika Letscho, Kimchi, Avocado, Erdnussoße, Sweet Chili Soße und geröstetem Sesam. Dessert
Donnerstag, 25.09.2025	Veganer Hackbraten mit dunkler Soße an Gemüse und Kartoffeln. Dessert (F, G)
Freitag, 26.09.2025	Gnocchi in Tomatensalsa mit Brokkoli und Parmesan. Dessert (C, G, A)

Vegetarische Kost und Unverträglichkeiten bitte bis 09.00 Uhr an den Dozenten melden.

Preis Mo., Di., Mi., Fr. 7,00 €
Preis Donnerstag 8,00 €

Übersicht Kennzeichnungspflichtige Allergene: A=Glutenhaltiges Getreide (A1 Weizen,A2 Roggen,A3 Gerste, A4 Hafer,A5 Dinkel,A6 Kamut, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse), B= Krebstiere, C=Eier, D= Fisch, E= Erdnüsse, F= Soja, G= Milch inkl. Milchzucker, H= Schalenfrüchte, Nüsse (H1 Mandeln,H2 Haselnüsse,H3 Walnüsse H4 Kaschu/Cashewnüsse, H5 Pecannüsse, H6 Paranüsse, H7 Pistazien, H8Macadamia oder Queenslandnüsse, sowie die daraus hergestellten Erzeugnisse), I= Sellerie, J= Senf, K= Sesamsamen, L= Schwefeldioxid / Sulfite ab einer Konzentration über 10 mg/kg oder mg/l, M= Lupinen, N= Weichtiere. Für Allergene, die möglichen Spuren enthalten, fragen Sie bitte das Küchenpersonal.

Übersicht Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff oder konserviert, 3 = mit Nitritpökelsalz, mit Nitrat oder mit Nitritpökelsalz und Nitrat, 4 = mit Antioxidationsmittel, 5 = mit Geschmacksverstärker, 6 = geschwefelt, 7 = geschwärzt, 8 =mit Süßungsmittel, 9 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 10 = enthält eine Phenylalaninquelle, 11 = mit Phosphat, 12 = gewachst, 13 = Chininhaltig, 14 = erhöhter Koffeingehalt, 15 = konserviert mit Thiabendazol, 16 = genetisch verändert, R=Rindfleisch S=Schweinefleisch GE=Geflügel