



**MARITIMES
KOMPETENZZENTRUM
ELSFLETH gGmbH**

Speiseplan

05.01.2026 bis 09.01.2026

Montag, 05.01.2026	Schweinerückensteaks mit Paprika Letscho und Polenta. Dessert (G)
Dienstag, 06.01.2026	Hähnchengeschnetzeltes mit Pilzrahmsoße an Salzkartoffeln. Salatbuffet und Dessert (G, A1)
Mittwoch, 07.01.2026	"Chili con Carne" mit Rinderhack, Bohnen, Mais, und Paprika, dazu Baguette. Salatbuffet und Dessert (2)
Donnerstag, 08.01.2026	Spießbraten auf Ananas - Chili - Weißkraut mit kräftiger Bratensoße und Kartoffelpüree. Dessert (G, I)
Freitag, 09.01.2026	Rotbarschfilet in Parmesan - Eihülle auf lauwarmem Gurken - Kartoffel - Schmand Salat. Dessert (A1, G, D, J)

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. 8,00 €

Preis Donnerstag 9,00 €

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, H8 Macadamia 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 Spurenenthalten, 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 bei übermäßigem Verzehr abwirken, 10 = enthält eine Phenylalaninquelle, 11 = mit Phosphat, 12 = gewachst, 13 = inhaltig, 14 = erhöhter Koffeingehalt, 15 = konserviert mit Thiabendazol, 16 = genetisch verändert, R = Rindfleisch, S = Schweinefleisch, GE = Geflügel



**MARITIMES
KOMPETENZZENTRUM
ELSFLETH gGmbH**

Vegetarischer Speiseplan

05.01.2026 bis 09.01.2026

Nur auf Vorbestellung bis 10:00 Uhr

Montag, 05.01.2026	Kartoffel - Blumenkohl Auflauf mit vegetarischem Hackfleisch. Dessert (G, C, A1)
Dienstag, 06.01.2026	Tofu Geschnetzeltes mit asiatischem Gemüse und Sweet Chilisoße an Mie Nudeln. Salatbuffet und Dessert (A1, F)
Mittwoch, 07.01.2026	Pappardelle Nudeln in pikanter Tomatensalsa mit Zucchini und Aubergine mit frischem Parmesan. Salatbuffet und Dessert (A1, G)
Donnerstag, 08.01.2026	Gefüllte Zucchini mit Gemüserisotto auf Pilzrahmsoße. Dessert (G)
Freitag, 09.01.2026	Vegetarische Enchiladas mit Chili sin Carne gefüllt und Käse überbacken. Dessert (A1, G, 2,1,4,5)

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

Preis Mo., Di., Mi., Fr.	8,00 €
Preis Donnerstag	9,00 €

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, H8 Macadamia 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