



# Speiseplan

KW 21 | 18.05. bis 22.05.2026



Die grün hinterlegten Angebote/Komponenten entsprechen dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen. Sie wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert und mit diesem Logo  ausgezeichnet.

KITA- UND SCHULCATERING	Montag	Dienstag	Mittwoch	VeggieTag	Freitag
<b>Menü 1</b> DGE-Linie	<b>Hokifilet (mehliert, gebraten)</b>  G,W,F,M,Sf <b>Salzkartoffeln</b> <b>Rahmspinat</b> G,W,M,3,4	<b>Vollkorn-Fusilli (BIO)</b>  <b>Grünkern-Bolognese</b> G,W <b>Reibekäse</b> G,W,Sr <b>Gurkensalat mit Joghurt</b> M	<b>Linsencurry</b> M,Sr,Sw,8 <b>Parboiled Reis (Bio)</b>  <b>Blattsalat</b> M <b>Rahmdressing</b>	<b>Gemüsefrikadellchen (Möhren, Pastinaken, Erbsen)</b> G,W,E <b>Kräuterdip</b> M <b>Dampfkartoffeln</b> <b>Maisgemüse natur</b>	<b>Gnocchi</b> G,W,E <b>Hähnchenstreifen in Rahmsoße</b>  G,W,M,Sr <b>Karottensalat</b>
	kj: 1240 kcal: 296,3	kj: 1942 kcal: 464,1	kj: 1827 kcal: 436,6	kj: 1090 kcal: 260,4	kj: 2572 kcal: 614,6
<b>Menü 2</b> Bunte Vielfalt	<b>Gemüsesuppe (Karotte, Lauch, Sellerie)</b> Sr <b>mit Buchstabennudeln</b> G,W,E <b>Weizenbrötchen</b> G,W	<b>Vollkorn-Fusilli (BIO)</b>  <b>Haschee vom Rind</b>  G,W <b>Reibekäse</b> G,W,Sr <b>Gurkensalat mit Joghurt</b> M	<b>Putenbrust natur</b>  <b>Champignonsoße</b> G,W,M <b>Parboiled Reis Bio</b>  <b>Blattsalat</b> M <b>Rahmdressing</b>	<b>Schupfnudeln</b> G,W,E <b>Apfelmus</b> 3 <b>Zimtucker</b> <b>Rohkost (Gurke/Karotte)</b>	<b>Gnocchi</b> G,W,E <b>Tomatenrahmsoße</b> M,Sr <b>Karottensalat</b>
	kj: 1387 kcal: 331,6	kj: 2260 kcal: 540,3	kj: 1297 kcal: 310,0	kj: 2565 kcal: 613,1	kj: 2288 kcal: 546,8
<b>Menü 3</b> Gluten-Lactosefrei <small>Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein</small>	<b>°Seelachs (natur)</b>  F,Sr <b>°Salzkartoffeln</b> <b>°Rahmspinat</b> M <b>°Joghurtdessert</b> M	<b>°Haschee vom Rind</b>  Sr <b>°Fusilli</b> <b>°Gurkensalat mit Joghurt</b> M <b>°Frischobst</b>	<b>°Linsencurry</b> M,Sw,8 <b>°Parboiled Reis (BIO)</b>  <b>°Blattsalat</b> <b>°Joghurtdressing</b> M <b>°Pudding</b> M,1	<b>°Dampfkartoffeln</b> M <b>°Kräuterquark</b> <b>°Rohkost (Gurke/Karotte)</b> <b>°Frischobst</b>	<b>°Spaghetti</b> <b>°Hähnchenstreifen in Rahmsoße</b>  M,Sr <b>°Karottensalat</b> <b>°Joghurtdessert</b> M
	kj: 2004 kcal: 479,0	kj: 3358 kcal: 802,5	kj: 7413 kcal: 1771,7	kj: 1321 kcal: 315,8	kj: 3250 kcal: 776,8
<b>Menü 4</b> Salat-Linie	<b>'Sylder Salat' mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Ei und Shrimps</b> K,E <b>Weizenbrötchen</b> G,W <b>'Joghurt-Dressing'</b> M	<b>'Salat Neapolitan' mit Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven</b> M,7 <b>Roggenbrötchen</b> G,W,R,Ge <b>'Vinaigrette'</b> Sf,Sw,8	<b>Couscous-Salat (Gurke, Mandarine, Tomaten, Hirtenkäse) mit Petersilien-Minz-Dressing</b> G,W,M,Sw,3,8 <b>Weizenbrötchen</b> G,W	<b>'Holländischer Salat' mit Blattsalat, Karotte, Tomate, Gurke, Gouda</b> G,W,M,1 <b>Körnerbrötchen</b> G,W,R,Ge,H,Ss <b>'Joghurt-Dressing'</b> M	<b>'Türkischer Salat' mit Bulgur, Tomate, Gurke, Hirtenkäse</b> G,W,M,Sf,Sw,1,3,8 <b>Weizenbrötchen</b> G,W
	kj: 1542 kcal: 368,7	kj: 3010 kcal: 719,3	kj: 3963 kcal: 947,2	kj: 2807 kcal: 670,8	kj: 3888 kcal: 929,3
<b>Dessert</b>	<b>Erdbeerquark</b> M	<b>Obst (voraussichtlich Bananen)</b>	<b>Vanillepudding</b> M	<b>Obst (voraussichtlich Äpfel)</b>	<b>Aprikosenjoghurt</b> M,3
	kj: 286 kcal: 68,3	kj: 715 kcal: 171,0	kj: 264 kcal: 63,0	kj: 527 kcal: 126,0	kj: 285 kcal: 68,1

**Allergene:** E enthält Eier | Er enthält Erdnuss | F enthält Fisch | G Glutenhaltiges Getreide | W enthält Weizen | R enthält Roggen | Ge enthält Gerste | H enthält Hafer | D enthält Dinkel | Kh/Ka enthält Khorasan/Kamut | K enthält Krebstiere | Lu enthält Lupine | M enthält Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose L\*) | S enthält Soja | Schf Schalenfrüchte/Nüsse | H1 enthält Mandel | H2 enthält Haselnuss | H3 enthält Walnuss | H4 enthält Kaschunuss | H5 enthält Pecannuss | H6 enthält Paranuss | H7 enthält Pistazie | H8 enthält Macadamianuss | H9 enthält Queenslandnuss | Sf enthält Senf | Sr enthält Sellerie | Ss enthält Sesam | Sw enthält Schwefeldioxid und Sulfite | We enthält Weichtiere

**Zusatzstoffe:** 1 mit Farbstoff | 2 mit Konservierungsstoff | 3 mit Antioxidationsmittel | 4 mit Phosphat | 5 mit Süßungsmittel | 6 mit Geschmacksverstärker | 7 geschwärzt | 8 geschwefelt | 9 mit Nitritpökelsalz | 10 gewachst  
Nährwertangaben: kcal Kilokalorien | kJ Kilojoule

\* in der gluten- & lactosefreien Menülinie verwenden wir selbstverständlich ausschließlich lactosefreie Milch!

Wir verwenden Lebensmittel in Bio-Qualität. Diese sind auf dem Speiseplan tagesaktuell mit "Bio" gekennzeichnet. Die eingesetzten und gekennzeichneten Bio-Zutaten sind von der Öko-Kontrollstelle ABCERT (DE-ÖKO-006) zertifiziert.

El Tucano GmbH & Co. KG | Max-Planck-Ring 25 | 65205 Wiesbaden | Tel. 06122 - 170 931 11 | E-Mail: nachricht@eltucano.de

Änderungen vorbehalten