Speiseplan

KW 47 | 16.11. bis 20.11.2026

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.

	Veggietag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1 DGE-Linie	**veg. Streifen (auf Weizenbasis) in Champignonsoße** G,W,M **Zartweizen** G,W **Grüne Bohnen** kJ: 1695 kcal: 405,0	**Fischstäbchen (Seelachs paniert)** G,W,F **Joghurtremoulade** E,M,5 **Dampfkartoffeln** **Blattsalatmischung** **French Dressing** E,M,Sf kJ: 1890 kcal: 451,7	**Vollkornspaghetti (BIO)** G,W **Tomatensoße** Sr **Reibekäse** M **Karotten-Apfel-Salat** kJ: 2006 kcal: 479,5	**Hähnchenbrüstchen** **Maissoße** M **Parboiled Reis Bio** **Baby-Möhren** kJ: 1519 kcal: 362,9	**Tomaten-Kichererbsensuppe (püriert)** **Weizenbrötchen** G,W kJ: 1274 kcal: 304,4
Menü 2 Bunte Vielfalt	**Dampfnudel** G,W,E,M **Vanillesoße** M **Zimtzucker** **Gurkenrohkost-Scheiben** kJ: 2532 kcal: 605,1	**Rote-Bete-Sticks (paniert)** G,W,M **Joghurtremoulade** E,M,5 **Dampfkartoffeln** **Blattsalatmischung** **French Dressing** E,M,Sf kJ: 1611 kcal: 385,0	**Vollkornspaghetti (BIO)** G,W **Putenschinken-Sahnesoße** G,W,E,M,2,3,4 **Karotten-Apfel-Salat** kJ: 1906 kcal: 455,5	**veg. Steak (auf Milchbasis)** G,W,H,E,M,4 **Maissoße** M **Parboiled Reis Bio** **Baby-Möhren** kJ: 1612 kcal: 385,2	**Cannelloni (Rind) in Tomatenrahm** **Gurkensalat** G,W,E,M,Sr kJ: 1787 kcal: 427,1
Menü 3 Gluten-Lactosefrei Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	**°Blumenkohl-Kartoffelgratin** M,Sw **°Gurkenrohkost-Scheiben** **°Frischobst** kJ: 1392 kcal: 332,6	**°Seelachs in Tempurateig** F,4 **°Petersiliensoße** M **°Dampfkartoffeln** **°Blattsalatmischung** **°French Dressing** E,M,Sf **°Pudding** M,1 kJ: 5358 kcal: 1280,6	**°Spaghetti** **°Basilikum-Pesto** **°Karotten-Apfel-Salat** Schf,H1 **°Frischobst** kJ: 6730 kcal: 1608,5	**°Hähnchenbrustfilet** **°Rahmsoße** M,Sr **°Parboiled Reis** **°Baby-Möhren** **°Joghurtdessert** M kJ: 2329 kcal: 556,6	**°Fusilli** **°Tomatenrahmsoße** **°Gurkensalat** M,Sr **°Frischobst** kJ: 3193 kcal: 763,1
Menü 4 Salat-Linie	**Couscous-Salat (Gurke, Mandarine, Tomaten, Hirtenkäse) mit Petersilien-Minz-Dressing** G,W,M,Sw,3,8 **Roggenbrötchen** G,W,R,Ge kJ: 3998 kcal: 955,6	**'Babyspinat' mit Hähnchenbruststreifen, Apfel, Kürbiskernen** 3 **Weizenbrötchen** G,W **'Honig-Senf-Dressing** Sf kJ: 2532 kcal: 605,2	**'Norweger Salat' mit Blattsalat, Räucherlachs, Gurke, Karotte, Tomate** F,7 **Körnerbrötchen** G,W,R,Ge,H,Ss **'Vinaigrette** Sf,Sw,8 kJ: 2144 kcal: 512,5	**Nudelsalat (Tomaten, Oliven, Erbsen, Mais, Paprika Hirtenkäse) mit Basilikumdressing** G,W,M,Sf,Sw,8,7 **Weizenbrötchen** G,W kJ: 4582 kcal: 1095,2	**'Serbischer Salat' mit weißen Bohnen, Paprika und Cocktailtomaten** M,Sf,Sw,8,7 **Weizenbrötchen** G,W kJ: 2498 kcal: 596,9
Dessert	**Obst (voraussichtlich Kiwi)** kJ: 158 kcal: 37,8	**Milchreisdessert** M kJ: 358 kcal: 85,6	**Obst (voraussichtlich Clementinen)** kJ: 209 kcal: 50,0	**Apfel-Zimtquark** M,3 kJ: 287 kcal: 68,7	**Obstkorb (Mischware)** kJ: 346 kcal: 82,6

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