Speiseplan

KW 48 | 23.11. bis 27.11.2026

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.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Veggietag	Freitag
Menü 1 DGE-Linie	**Hähnchen-Nuggets (paniert)** G,W **Salzkartoffeln** **Erbsen a la Creme** G,W,M	**Lachs - Tomatenrahmsoße** F,M,Sr **Vollkorn-Penne (BIO)** G,W **Blattsalatmischung** **Kräutervinaigrette** Sf,Sw,8	**Veggie-Gulasch (mit veg. Würfelchen auf Ackerbohnenbasis)** Sr **Semmelknödel** G,W,E,M **Kaisergemüse (Brokkoli, Karotte, Blumenkohl)**	**Blumenkohl-Kartoffel-Gratin** M,Sr,Sw **Rohkost (Karotte/Paprika)**	**"Mac and Cheese" (Nudelauflauf mit Bio-Makkaroni)** G,W,M,1 **Karotten-Mais-Salat**
	kJ: 1707 kcal: 407,9	kJ: 2049 kcal: 489,8	kJ: 860 kcal: 205,7	kJ: 1155 kcal: 276,1	kJ: 2171 kcal: 518,8
Menü 2 Bunte Vielfalt	**Gemüse-Nuggets (Mais, Karotte, Pastinake; paniert)** G,W,M **Salzkartoffeln** **Erbsen a la Creme** G,W,M	**Karotten-Frischkäsesoße** G,W,M **Vollkorn-Penne (BIO)** G,W **Blattsalatmischung** **Kräutervinaigrette** Sf,Sw,8	**Rindergulasch** M,Sr **Semmelknödel** G,W,E,M **Kaisergemüse (Brokkoli, Karotte, Blumenkohl)**	**Milchreis** M **Apfelmus** 3 **Zimtzucker** **Rohkost (Karotte/Paprika)**	**Nudel - Putenschinken - Auflauf** G,W,M,1,2,3,4 **Karotten-Mais-Salat**
	kJ: 1781 kcal: 425,6	kJ: 1983 kcal: 473,9	kJ: 1340 kcal: 320,3	kJ: 1773 kcal: 423,8	kJ: 1959 kcal: 468,2
Menü 3 Gluten-Lactosefrei Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	°**Gemüse-Dino** E,Sr,4 °**Ketchup** Sr °**Salzkartoffeln** °**Erbsengemüse** °**Joghurtdessert** M	°**Lachs-Tomatenrahmsoße** F,M,Sr °**Penne** °**Blattsalatmischung** °**Kräutervinaigrette** Sf,Sw,8 °**Frischobst**	°**Rindergulasch** Sr °**Röstiecken** °**Kaisergemüse (Brokkoli, Karotte, Blumenkohl)** °**Pudding** M,1	°**Milchreis** M °**Apfelmus** 3 °**Zimtzucker** °**Rohkost (Karotte/Paprika)** °**Frischobst**	°**Penne** M **"Mac-and-Cheese-Style"** °**Karotten-Mais-Salat** °**Joghurtdessert** M
	kJ: 2024 kcal: 483,6	kJ: 2629 kcal: 628,3	kJ: 2928 kcal: 699,7	kJ: 2948 kcal: 704,5	kJ: 3417 kcal: 816,7
Menü 4 Salat-Linie	**'Sylter Salat' mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Ei und Shrimps** K,E **Körnerbrötchen** G,W,R,Ge,H,Ss **'Joghurt-Dressing** M	**Bunter Eier-Kartoffelsalat mit Geflügelfrikadellchen** G,W,E,M,Sf,1,2 **Weizenbrötchen** G,W	**'Glasnudelsalat' mit Chinakohl, Paprika, Karotten, Minze, Lauchzwiebeln** S **Roggenbrötchen** G,W,R,Ge **'Erdnussdressing** Er,Sw,3,8	**'Salat Neapolitan' mit Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven** M,7 **Weizenbrötchen** G,W **'Vinaigrette** Sf,Sw,8	**Tortellinisalat mit Tomaten, Paprika und Hirtenkäse** G,W,M,Sf,Sw,8 **Körnerbrötchen** G,W,R,Ge,H,Ss
	kJ: 1791 kcal: 428,1	kJ: 3114 kcal: 744,2	kJ: 1672 kcal: 399,7	kJ: 2974 kcal: 710,9	kJ: 4778 kcal: 1141,9
Dessert	**Pfirsichjoghurt** M	**Obst (voraussichtlich Bananen)**	**Grießpudding Zimtzucker** G,W,M	**Obst (voraussichtlich Birnen)**	**Orangenquark** M
	kJ: 277 kcal: 66,1	kJ: 715 kcal: 171,0	kJ: 382 kcal: 91,2	kJ: 326 kcal: 78,0	kJ: 329 kcal: 78,7

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