Speiseplan

KW 50 | 07.12. bis 11.12.2026

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	**Linsensuppe (Karotte, Sellerie, Lauch)** Sr **Roggenbrötchen** G,W,R,Ge	**Lachswürfel in Dill-Senfsoße** G,W,F,M,Sf **Vollkorn-Penne (BIO)** G,W **Paprikasalat** **Vinaigrette** Sf,Sw,8	**Gemüsefrikadellchen (Möhren, Pastinaken, Erbsen)** G,W,E **Kräuterdip** M **Salzkartoffeln** **Blattsalatmischung** **Vinaigrette** Sf,Sw,8	**Brokkoli-Nudel-Auflauf (mit Bio-Hörnchennudeln)** G,W,M **Karottensalat**	**Hähnchengeschnetzeltes** M,Sr **Dampfkartoffeln** **Baby-Möhren**
	kJ: 1474 kcal: 352,4	kJ: 1996 kcal: 477,1	kJ: 1123 kcal: 268,4	kJ: 1547 kcal: 369,8	kJ: 1177 kcal: 281,2
Menü 2 Bunte Vielfalt	**Rinderhackbällchen** Sr **Tomatensoße** G,W,Sr **Couscous** **Maisgemüse natur**	**Vollkorn-Penne (BIO)** G,W **Basilikum-Pesto** M,Schf,H1 **Reibekäse** M **Paprikasalat** **Vinaigrette** Sf,Sw,8	**"Döner-Teller" mit Hähnchenfleisch** M **Blattsalatmischung** **Gurkenstücke** **Knoblauch-Joghurt-Soße** G **Fladenbrot**	**Pfannkuchen** G,W,E,M **Vanillesoße** M **Zimtzucker** **Rohkost (Gurke/Karotte)**	**Veget. Geschnetzeltes (auf Sojabasis) in Sahnesoße** S,M **Dampfkartoffeln** **Baby-Möhren**
	kJ: 2088 kcal: 499,1	kJ: 2597 kcal: 620,6	kJ: 1850 kcal: 442,2	kJ: 2143 kcal: 512,1	kJ: 1394 kcal: 333,2
Menü 3 Gluten-Lactosefrei Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	**°Linsensuppe** Sr **°Brötchen** S **°Joghurtdessert** M	**°Lachs-Sahnesoße** F,M **°Penne** **°Paprikasalat** **°Vinaigrette** Sf,Sw,8 **°Frischobst**	**°Gemüse-Dino** E,Sr,4 **°Quarkdip** M **°Salzkartoffeln** **°Blattsalatmischung** **°Vinaigrette** Sf,Sw,8 **°Pudding** M,1	**°Kartoffel-Brokkoligratin** M,Sw **°Karotten-Apfel-Salat** **°Frischobst**	**°Hähnchengeschnetzeltes** **°Dampfkartoffeln** **°Baby-Möhren** **°Joghurtdessert** M
	kJ: 1880 kcal: 449,3	kJ: 2664 kcal: 636,7	kJ: 2342 kcal: 559,7	kJ: 1716 kcal: 410,1	kJ: 1759 kcal: 420,5
Menü 4 Salat-Linie	**'Spanischer Salat' mit Blattsalat, Paprika, Oliven, Tomaten, Thunfisch** F,3 **Roggenbrötchen** G,W,R,Ge **'Vinaigrette** Sf,Sw,8	**'Mexikanischer Salat' mit Blattsalat, Mais, Kidneybohnen, Tomaten, Hähnchenbruststreifen** Sw,1,3,8 **Weizenbrötchen** G,W	**'Caesar Salat' mit Blattsalat, Mais, Paprika, Parmesan, Croutons** G,W,E,M,2 **Körnerbrötchen** G,W,R,Ge,H,Ss **'Caesar-Dressing** E,M,Sf,Sw,2,3,8	**'Griechischer Nudelsalat' mit Paprika, Gurke, Tomate, Olive, Hirtenkäse** G,W,M,Sf,Sw,3,8,7 **Weizenbrötchen** G,W	**'Schichtsalat' Sellerie, Mais, Ananas, Apfel, Frühlingszwiebel, Ei** E,Sr,3 **Roggenbrötchen** G,W,R,Ge **'French-Dressing** E,M,Sf
	kJ: 2127 kcal: 508,3	kJ: 1501 kcal: 358,7	kJ: 2379 kcal: 568,6	kJ: 2465 kcal: 589,2	kJ: 2469 kcal: 590,1
Dessert	**Aprikosenjoghurt** M,3	**Obst (voraussichtlich Birnen)**	**Apfel-Berliner** G,W,E,M	**Obst (voraussichtlich Honigmelone)**	**Apfelquark** M,3
	kJ: 285 kcal: 68,1	kJ: 326 kcal: 78,0	kJ: 11140 kcal: 2662,5	kJ: 276 kcal: 66,0	kJ: 287 kcal: 68,7

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