


# Speiseplan

KW 11 | 10.03. bis 14.03.2025



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.

**El Tucano**  
SCHULCATERING

## Menü 1 DGE-Linie

## Menü 2 Bunte Vielfalt

## Menü 3 Gluten- Lactosefrei

## Menü 4 Salat-Linie

## Dessert

Allergene:

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

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

	Montag	VeggieTag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1 DGE-Linie</b>	<b>Gebratene Gnocchi Rahmsoße Gurkensalat mit Joghurt</b> G,W,E G,W,M,Sr M	<b>Kürbissuppe Kürbiskerne Körnerbrötchen</b> M,Sr G,W,R,Ge,H,Ss	<b>Vollkornspaghetti (BIO) Rote Linsen - Bolognese Reibekäse Karottensalat</b> G,W M	<b>Putenoberkeule Paprikasoße Parboiled Reis Bio Blattsalat Honig-Senf dressing</b> M,Sr Sf	<b>Backfisch (Seelachs) Dampfkartoffeln Rahmspinat</b> G,W,F G,W,M,3,4
	kj: 2850 kcal: 681,1	kj: 1896 kcal: 453,2	kj: 2226 kcal: 532,0	kj: 1979 kcal: 472,9	kj: 1517 kcal: 362,6
<b>Menü 2 Bunte Vielfalt</b>	<b>Hähnchenstreifen in Rahmsoße Knöpfle Gurkensalat mit Joghurt</b> G,W,M,Sr G,W,E M	<b>veg. Würfelchen (auf Milchbasis) in Currysoße Wedges Rote Bete-Salat</b> G,W,H,E,M,Sr,4 G,W 5	<b>Vollkornspaghetti (BIO) Bolognese (Rind) Reibekäse Karottensalat</b> G,W Sr M	<b>veg. Schnitzel (auf Milchbasis) Paprikasoße Parboiled Reis Bio Blattsalat Honig-Senf dressing</b> G,W,H,E,M,4 M,Sr Sf	<b>Schupfnudeln Apfelmus Zimtucker Rohkost (Gurke/Karotte)</b> G,W,E 3
	kj: 2219 kcal: 530,5	kj: 1795 kcal: 429,1	kj: 2213 kcal: 529,0	kj: 1684 kcal: 402,5	kj: 3046 kcal: 728,1
<b>Menü 3 Gluten- Lactosefrei</b> <small>*Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein</small>	<b>°Spaghetti °Champignonsoße °Gurkensalat mit Joghurt °Frischobst</b> M M	<b>°Kartoffel - Karottengratin mit Käse überbacken °Rote Beete-Salat °Joghurt dessert</b> M,Sw 5 M	<b>°Fusilli °Bolognese (Rind) °Karottensalat °Frischobst</b> Sr	<b>°Rinderhacksteak °Paprikasoße °Parboiled Reis (BIO) °Blattsalat °Honig-Senf dressing °Pudding</b> E M,Sr Sf M,1	<b>°Seelachs in Tempurateig °Dampfkartoffeln °Rahmspinat °Frischobst</b> F,4 M
	kj: 2588 kcal: 618,5	kj: 1788 kcal: 427,3	kj: 3279 kcal: 783,8	kj: 2915 kcal: 696,7	kj: 4774 kcal: 1141,1
<b>Menü 4 Salat-Linie</b>	<b>heute kein Angebot</b>	<b>Couscous-Salat (Gurke, Mandarine, Tomaten, Hirtenkäse) mit Petersilien-Minz-Dressing Weizenbrötchen</b> G,W,M,Sw,8 G,W	<b>'Feldsalat' mit Hähnchenbruststreifen, Apfel, Kürbiskernen Weizenbrötchen 'Honig-Senf-Dressing</b> 3 G,W Sf	<b>'Sylter Salat' mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Ei und Shrimps Weizenbrötchen 'Joghurt-Dressing</b> K,E,M,Sf G,W M	<b>'Norweger Salat' mit Blattsalat, Räucherlachs, Gurke, Karotte, Tomate Weizenbrötchen 'Vinaigrette</b> F,7 G,W Sf,Sw,8
	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 3945 kcal: 942,8	kj: 2525 kcal: 603,4	kj: 1542 kcal: 368,7	kj: 1896 kcal: 453,1
<b>Dessert</b>	<b>Frischobst</b>	<b>Mangojoghurt</b> M	<b>Frischobst</b>	<b>Vanillepudding</b> M	<b>Frischobst</b>
	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 333 kcal: 79,7	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 330 kcal: 78,8	kj: 204 kcal: 48,8