



Speiseplan

KW 12 | 16.03. bis 20.03.2026



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 Veggie*tag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü 1 DGE-Linie	"Mac and Cheese" (Nudelauflauf mit Bio-Makkaroni) Karotten-Apfel-Salat	G,W,M,1	Linsensuppe (Karotte, Sellerie, Lauch) Körnerbrötchen	Sr G,W,R,Ge,H,Ss	Geflügel-Nürnberger Kartoffelstampf Erbsen - Karotten a la Creme	3,4 M G,W,M	Lachs - Tomatenrahmsoße Vollkorn-Penne (BIO) Karottensalat	F,M,Sr G,W	Veggie-Gulasch (mit veg. Würfelchen auf Milchbasis) Salzkartoffeln Blattsalatmischung Kräutervinaigrette	G,W,H,E,M,Sr, Sf,Sw,8	
	kJ: 2443 kcal: 584,0		kJ: 1853 kcal: 442,8		kJ: 1817 kcal: 434,3		kJ: 2454 kcal: 586,6		kJ: 1296 kcal: 309,8		
Menü 2 Bunte Vielfalt	Nudel-Rinderhackfleisch-A (mit Bio-Fusilli) Karotten-Apfel-Salat	G,W,M,Sr	Couscous Gemüse-Sahnesoße (Karotte/Lauch/Sellerie) Gurkensalat mit Joghurt	G,W,Sr G,W,E,M,Sr,4 M	Gemüse-Nuggets (Mais, Karotte, Pastinake; paniert) Kartoffelstampf Erbsen - Karotten a la Creme	G,W,M M G,W,M	Milchreis (mit Bio-Reis) Apfelmus Zimtucker Rohkost (Karotte/Paprika)	M 3	Hähnchengeschnetzeltes Salzkartoffeln Blattsalatmischung Kräutervinaigrette	M,Sr Sf,Sw,8	
	kJ: 2091 kcal: 499,7		kJ: 2012 kcal: 481,0		kJ: 2066 kcal: 493,8		kJ: 2057 kcal: 491,5		kJ: 1453 kcal: 347,4		
Menü 3 Gluten- Lactosefrei *Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	°Penne "Mac-and-Cheese-Style" °Karotten-Apfel-Salat °Joghurtdessert	M M	°Linsensuppe °Brötchen °Frischobst	Sr S	°Geflügel-Nürnberg °Ketchup °Kartoffelstampf °Erbsen - Karottengemüse °Joghurtdessert	3,4 Sr M M M	°Lachs-Tomatenrahmsoße °Penne °Karottensalat °Frischobst	F,M,Sr	°Hähnchengeschnetzeltes °Salzkartoffeln °Blattsalatmischung °Kräutervinaigrette °Pudding	Sf,Sw,8 M,1	
	kJ: 3361 kcal: 803,2		kJ: 1653 kcal: 395,1		kJ: 2302 kcal: 550,3		kJ: 3029 kcal: 724,1		kJ: 2141 kcal: 511,8		
Menü 4 Salat-Linie	heute kein Angebot		'Holländischer Salat' mit Blattsalat, Karotte, Tomate, Gurke, Gouda Körnerbrötchen 'Joghurt-Dressing	G,W,M,1 G,W,R,Ge,H,Ss M	Nudelsalat (Tomaten, Oliven, Erbsen, Mais, Paprika Hirtenkäse) mit Basilikumdressing Weizenbrötchen	G,W,M,Sf,Sw,8,7 G,W	'Deutscher Salat' mit Blattsalat, Tomate, Mais, Gurke, Ei Roggenbrötchen 'Joghurt-Dressing	G,W,E G,W,R,Ge M	'Norweger Salat' mit Blattsalat, Räucherlachs, Gurke, Karotte, Tomate Weizenbrötchen 'Vinaigrette	F,7 G,W Sf,Sw,8	
	kJ: 0 kcal: 0,0		kJ: 2807 kcal: 670,8		kJ: 4582 kcal: 1095,2		kJ: 1955 kcal: 467,2		kJ: 1896 kcal: 453,1		
Dessert	Apfel-Zimtquark	M,3	Obst (voraussichtlich Äpfel)		Erdbeer-Rhabarberquark	M	Obst (voraussichtlich Kiwi)		Schokoladenpudding	M	
	kJ: 359 kcal: 85,9		kJ: 527 kcal: 126,0		kJ: 396 kcal: 94,8		kJ: 158 kcal: 37,8		kJ: 347 kcal: 83,0		

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