

Speiseplan

KW 39 | 22.09. bis 26.09.2025



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.



Menü 1 DGE-Linie

Menü 2 Bunte Vielfalt

Menü 3 Gluten- Lactosefrei

Menü 4 Salat-Linie

Dessert

| Montag | Dienstag | VeggieTag | Donnerstag | Freitag |
|--|--|--|--|---|
| Gnocchi Tomatenrahmsauce Gurkensalat mit Joghurt G,W,E M,Sr M | Fischstäbchen (Seelachs) Dampfkartoffeln Rahmspinat  G,W,F G,W,M,3,4 | Vollkornspaghetti (BIO) Mexikanische Soße (Mais/Bohnen/Paprika) Paprikasalat BIO G,W M,Sr Sr,Sf,Sw,8 | Würstchengulasch (Geflügel) Parboiled Reis (Bio) Eisbergsalat French Dressing   Sr BIO E,M,Sf | veg. Steak (auf Milchbasis) veget. Bratensoße Couscous Grüne Bohnen G,W,H,E,M,4 G,W,S,Sw,1,8 G,W,Sr |
| kj: 2397 kcal: 573,0 | kj: 1719 kcal: 410,8 | kj: 1667 kcal: 398,5 | kj: 2031 kcal: 485,4 | kj: 1673 kcal: 399,9 |
| Nudel-Rinderhackfleisch-Ai (mit Bio-Fusilli) Gurkensalat mit Joghurt  G,W,M,Sr M | Rote-Bete-Sticks (paniert) Dampfkartoffeln Rahmspinat G,W,M G,W,M,3,4 | American Pancake Erdbeersoße Gurkenrohkost-Scheiben G,W,E,M | Spinat-Karotten-Rösti Petersilienquark Parboiled Reis Bio Eisbergsalat French Dressing G,W,H,E,M M BIO E,M,Sf | Überback. Hähnchenbrust in Sahnesoße, mit Käse gratiniert, Couscous Grüne Bohnen  G,W,M M G,W,Sr |
| kj: 1947 kcal: 465,3 | kj: 1792 kcal: 428,2 | kj: 2531 kcal: 605,0 | kj: 1838 kcal: 439,4 | kj: 2095 kcal: 500,8 |
| °Fusilli °Tomatenrahmsauce °Gurkensalat mit Joghurt °Frischobst M,Sr M *Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein | °Seelachs in Tempurarteig °Dampfkartoffeln °Rahmspinat °Joghurtdessert  F,4 M M | °Spaghetti °Mexikanische Soße (Mais/Bohnen/Paprika) °Paprikasalat °Frischobst M,Sr Sr,Sf,Sw,8 | °Würstchengulasch (Geflügel) °Parboiled Reis (BIO) °Eisbergsalat °French Dressing °Pudding   Sr,3,4 BIO E,M,Sf M,1 | °Hähnchenbrustfilet °Geflügelsoße °Röstiecken °Grüne Bohnen °Frischobst   |
| kj: 3219 kcal: 769,5 | kj: 5001 kcal: 1195,3 | kj: 2798 kcal: 668,6 | kj: 3225 kcal: 770,9 | kj: 2236 kcal: 534,4 |
| heute kein Angebot | Couscous-Salat (Gurke, Mandarine, Tomaten, Hirtenkäse) mit Petersilien-Minz-Dressing Weizenbrötchen G,W,M,Sw,3,8 G,W | 'Caesar Salat' mit Blattsalat, Mais, Paprika, Parmesan, Croutons Körnerbrötchen 'Caesar-Dressing G,W,E,M,2 G,W,R,Ge,H,Ss E,M,Sf,Sw,2,3,8 | Bunter Eier-Kartoffelsalat mit Geflügelfrikadellen Roggenbrötchen  G,W,E,M,Sf,1,2 G,W,R,Ge | 'Türkischer Salat' mit Bulgur, Tomate, Gurke, Hirtenkäse Weizenbrötchen G,W,M,Sf,Sw,1,3,8 G,W |
| kj: 0 kcal: 0,0 | kj: 3963 kcal: 947,2 | kj: 2379 kcal: 568,6 | kj: 3149 kcal: 752,6 | kj: 3888 kcal: 929,3 |
| Obstkorb (Mischware) | Zitronenjoghurt M | Obst (voraussichtlich Wassermelone) | Grießpudding G,W,M | Obst (voraussichtlich Bananen) |
| kj: 204 kcal: 48,8 | kj: 333 kcal: 79,7 | kj: 159 kcal: 38,0 | kj: 435 kcal: 104,1 | kj: 715 kcal: 171,0 |

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