Speiseplan

KW 49 | 30.11. bis 04.12.2026

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.

EL TUCANO
KITA- UND SCHULCATERING

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Veggietag
Menü 1 DGE-Linie	**"Mac and Cheese" (Nudelauflauf mit Bio-Makkaroni)** **Karotten-Mais-Salat** — G,W,M,1	**Backfisch (Seelachs paniert)** — G,W,F **Joghurtremoulade** — E,M,5 **Salzkartoffeln** **Gurkensalat**	**Vollkorn-Fusilli (BIO)** — G,W **Rote Linsen - Bolognese** — M **Reibekäse** **Blattsalatmischung** **Joghurtdressing** — M	**Hähnchenschenkel** **Parboiled Reis Bio** **Gemüse (Karotte, Blumenkohl, Erbse) in Buttersoße** — G,W,E,M,4	**Rührei** — E,M **Dampfkartoffeln** **Rahmspinat** — M,3,4
	kJ: 2495 kcal: 596,3	kJ: 1645 kcal: 393,1	kJ: 2277 kcal: 544,2	kJ: 2373 kcal: 567,2	kJ: 1788 kcal: 427,3
Menü 2 Bunte Vielfalt	**Nudel - Putenschinken - Auflauf** **Karotten-Mais-Salat** — G,W,M,1,2,3,4	**Kaiserschmarrn** — G,W,E,M **Apfelmus** — 3 **Zimtzucker** **Rohkost (Gurke/Kohlrabi)**	**Vollkorn-Fusilli (BIO)** — G,W **Bolognese (Rind)** — Sr **Reibekäse** — M **Blattsalatmischung** **Joghurtdressing** — M	**Polentatasche (Spinat/Käse)** — G,W,M **Parboiled Reis Bio** **Gemüse (Karotte, Blumenkohl, Erbse) in Buttersoße** — G,W,E,M,4	**Gemüsesuppe (Karotte, Erbse, Sellerie)** — Sr **mit Buchstabennudeln** — G,W,E **Körnerbrötchen** — G,W,R,Ge,H,Ss
	kJ: 2253 kcal: 538,5	kJ: 2810 kcal: 671,5	kJ: 2264 kcal: 541,2	kJ: 2331 kcal: 557,1	kJ: 1826 kcal: 436,4
Menü 3 Gluten-Lactosefrei *Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	**°Penne** — M **"Mac-and-Cheese-Style"** **°Karotten-Mais-Salat** — M **°Joghurtdessert**	**°Seelachs in Tempurateig** — F,4 **°Schnittlauchsoße** — M **°Salzkartoffeln** **°Gurkensalat** **°Frischobst**	**°Fusilli** **°Bolognese (Rind)** — Sr **°Blattsalatmischung** **°Joghurtdressing** — M **°Joghurtdessert** — M	**°Hähnchenkeule** **°Parboiled Reis (BIO)** **°Erbsen - Karottengemüse** **°Frischobst** — M	**°Rührei** — E,M **°Dampfkartoffeln** **°Rahmspinat** — M **°Soja-Pudding (Vanille)** — S
	kJ: 3417 kcal: 816,7	kJ: 4712 kcal: 1126,1	kJ: 3281 kcal: 784,2	kJ: 2581 kcal: 616,8	kJ: 2448 kcal: 585,2
Menü 4 Salat-Linie	**heute kein Angebot**	**'Holländischer Salat' mit Blattsalat, Karotte, Tomate, Gurke, Gouda** — G,W,M,1 **Weizenbrötchen** — G,W **'Joghurt-Dressing** — M	**'Türkischer Salat' mit Bulgur, Tomate, Gurke, Hirtenkäse** — G,W,M,Sf,Sw,1,3,8 **Roggenbrötchen** — G,W,R,Ge	**'Deutscher Salat' mit Blattsalat, Tomate, Mais, Gurke, Ei** — G,W,E **Weizenbrötchen** — G,W **'Joghurt-Dressing** — M	**'Nudelsalat' mit Tomatenpesto, Paprika, Hirtenkäse** — G,W,M,Schf,H1 **Körnerbrötchen** — G,W,R,Ge,H,Ss
	kJ: 0 kcal: 0,0	kJ: 2558 kcal: 611,4	kJ: 3924 kcal: 937,8	kJ: 1920 kcal: 458,8	kJ: 3300 kcal: 788,8
Dessert	**Orangenquark** — M	**Obst (voraussichtlich Kiwi)**	**Bananenquark** — M,3	**Obst (voraussichtlich Clementinen)**	**Vanillepudding** — M
	kJ: 412 kcal: 98,4	kJ: 158 kcal: 37,8	kJ: 418 kcal: 99,9	kJ: 209 kcal: 50,0	kJ: 330 kcal: 78,8

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