



Speiseplan

klassisch
vegetarisch
KW 35 | 24.08. bis 28.08.2026



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	Veggie-tag	Freitag
Menü 1 DGE-Linie	Brokkoli-Nudel-Auflauf (mit Bio-Hörnchennudeln) Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)	Fischstäbchen (Seelachs paniert) Ketchup Joghurtcremesauce Dampfkartoffeln Blattsalatmischung French Dressing	Veggie-Gulasch (mit Sojastreifen) Parboiled Reis (Bio) Grüne Bohnen	Vollkornspaghetti (BIO) Tomatensoße Reibekäse Gurkensalat	Putenbrust nat. Curry-Sahnesoße Couscous Blumenkohl natur
	G,W,M E,M,3 X	G,W,F Sr E,M,5 X E,M,Sf	S,Sr X	G,W Sr M X	G,W,M G,W,Sr X
	kj: 1833 kcal: 438,0	kj: 1928 kcal: 460,8	kj: 2121 kcal: 507,0	kj: 1808 kcal: 432,0	kj: 1628 kcal: 389,2
Menü 2 Bunte Vielfalt	Cannelloni (Rind) in Tomatenrahm Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)	Rote Bete-Sticks (paniert) Joghurtcremesauce Dampfkartoffeln Blattsalatmischung French Dressing Polentatasche /Spinat/Käse) Ketchup	Kalbsrahmgescnnetztes (mit Pilzen) Parboiled Reis (Bio) Grüne Bohnen	American Pancake Vanillesoße Zimtucker Gurkenrohkost-Scheiben	veg. Steak (auf Milchbasis) Curry-Sahnesoße Couscous Blumenkohl natur
	G,W,E,M,Sr E,M,3 X	G,W,M E,M,5 X E,M,Sf G,W,M Sr	M,Sr X	G,W,E,M M	G,W,H,E,M,4 G,W,M G,W,Sr X
	kj: 2165 kcal: 517,5	kj: 2001 kcal: 478,3	kj: 1774 kcal: 423,9	kj: 2732 kcal: 652,9	kj: 1647 kcal: 393,7
Menü 3 Gluten- Lactosefrei *Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	°Kartoffel-Brokkoligratin °Karotten-Krautsalat °Joghurtdessert	°Seelachs in Tempurateig °Petersiliensoße °Dampfkartoffeln °Blattsalatmischung °French Dressing °Frischobst	°Kalbsgescnnetztes °Parboiled Reis (BIO) °Grüne Bohnen °Joghurtdessert	°Spaghetti °Tomatensoße °Gurkensalat °Frischobst	°Putenbrust nat. °Rahmsoße °Salzkartoffeln °Blumenkohl natur °Pudding
	M,Sw M	F,4 M E,M,Sf	M,Sr M	Sr	M,Sr M,1
	kj: 1904 kcal: 455,0	kj: 4893 kcal: 1169,4	kj: 2589 kcal: 618,8	kj: 2416 kcal: 577,5	kj: 1821 kcal: 435,2
Menü 4 Salat-Linie	heute kein Angebot	Couscous-Salat (Gurke, Mandarine, Tomaten, Hirtenkäse) mit Petersilien-Minz-Dressing Roggenbrötchen	'Norweger Salat' mit Blattsalat, Räucherlachs, Gurke, Karotte, Tomate Weizenbrötchen 'Vinaigrette	'Serbischer Salat' mit weißen Bohnen, Paprika und Cocktailtomaten Körnerbrötchen	'Babyspinat' mit Hähnchenbruststreifen, Apfel, Kürbiskernen Weizenbrötchen 'Honig-Senf-Dressing
		G,W,M,Sw,3,8 G,W,R,Ge	F,7 G,W Sf,Sw,8	M,Sf,Sw,8,7 G,W,R,Ge,H,Ss	3 G,W Sf
	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 3998 kcal: 955,6	kj: 1896 kcal: 453,1	kj: 2746 kcal: 656,3	kj: 2532 kcal: 605,2
Dessert	Erdbeerquark	Obst (voraussichtlich Apfel) Zitronenjoghurt	Aprikosenjoghurt Obst (Kiwi)	Obst (voraussichtlich Pflaumen) Sandwich-Eis	Milchreisdessert Obst (Bananen)
	M X	M X	M,3 X	G,W,S,M,1 X	M X
	kj: 357 kcal: 85,4	kj: 527 kcal: 126,0	kj: 356 kcal: 85,2	kj: 169 kcal: 40,5	kj: 448 kcal: 107,0

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