Speiseplan

klassisch
vegetarisch

KW 48 | 23.11. bis 27.11.2026

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	Donnerstag	Veggietag
Menü 1 DGE-Linie	~~Tomaten-Kichererbsensuppe (pürriert)~~ ~~Weizenbrötchen~~ Gabelspaghetti Tomatenrahmsoße Gurkensalat mit Joghurt	**Hähnchen-Nuggets (paniert)** **Salzkartoffeln** **Erbsen a la Creme**	**Lachs - Tomatenrahmsoße** **Vollkorn-Penne (BIO)** **Blattsalatmischung** **Kräutervinaigrette**	**Veggie-Gulasch (mit veg. Würfelchen auf Ackerbohnenbasis)** **Semmelknödel** **Kaisergemüse (Brokkoli, Karotte, Blumenkohl)**	**Blumenkohl-Kartoffel-Gratin** **Rohkost (Karotte/Paprika)**
	~~G,W~~ G,W M,Sr M	G,W G,W,M	F,M,Sr G,W Sf,Sw,8	Sr G,W,E,M	M,Sr,Sw
	kJ: 1344 kcal: 321,3	kJ: 1822 kcal: 435,4	kJ: 2316 kcal: 553,6	kJ: 1527 kcal: 365,0	kJ: 1309 kcal: 312,8
Menü 2 Bunte Vielfalt	**Cannelloni (Rind) in Tomatenrahm** **Gurkensalat mit Joghurt**	**Gemüse-Nuggets (Mais, Karotte, Pastinake; paniert)** **Salzkartoffeln** **Erbsen a la Creme**	**Vollkorn-Penne (BIO)** **Karotten-Frischkäsesoße** **Blattsalatmischung** **Kräutervinaigrette**	**Rindergulasch** **Semmelknödel** **Kaisergemüse (Brokkoli, Karotte, Blumenkohl)**	**Milchreis** **Apfelmus** **Zimtzucker** **Rohkost (Karotte/Paprika)** Tomatensuppe
	G,W,E,M,Sr M	G,W,M G,W,M	G,W G,W,M Sf,Sw,8	M,Sr G,W,E,M	M 3 M,Sr
	kJ: 2039 kcal: 487,3	kJ: 1895 kcal: 453,0	kJ: 2244 kcal: 536,4	kJ: 2047 kcal: 489,2	kJ: 2055 kcal: 491,0
Menü 3 Gluten-Lactosefrei *Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	**°Fusilli** **°Tomatenrahmsoße** **°Gurkensalat mit Joghurt** **°Frischobst**	**°Gemüse-Dino** **°Ketchup** **°Salzkartoffeln** **°Erbsengemüse** **°Joghurtdessert**	**°Lachs-Tomatenrahmsoße** **°Penne** **°Blattsalatmischung** **°Kräutervinaigrette** **°Frischobst**	**°Rindergulasch** **°Röstiecken** **°Kaisergemüse (Brokkoli, Karotte, Blumenkohl)** **°Pudding**	**°Milchreis** **°Apfelmus** **°Zimtzucker** **°Rohkost (Karotte/Paprika)** **°Frischobst**
	M,Sr M	E,Sr,4 Sr M	F,M,Sr Sf,Sw,8	Sr M,1	M 3
	kJ: 3219 kcal: 769,5	kJ: 2024 kcal: 483,6	kJ: 2880 kcal: 688,3	kJ: 2928 kcal: 699,7	kJ: 2948 kcal: 704,5
Menü 4 Salat-Linie	**heute kein Angebot**	**'Sylter Salat' mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Ei und Shrimps** **Körnerbrötchen** **'Joghurt-Dressing**	**Bunter Eier-Kartoffelsalat mit Geflügelfrikadellchen** **Weizenbrötchen**	**'Glasnudelsalat' mit Chinakohl, Paprika, Karotten, Minze, Lauchzwiebeln** **Roggenbrötchen** **'Erdnussdressing**	**'Salat Neapolitan' mit Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven** **Weizenbrötchen** **'Vinaigrette**
		K,E G,W,R,Ge,H,Ss M	G,W,E,M,Sf,1,2 G,W	S G,W,R,Ge Er,Sw,3,8	M,7 G,W Sf,Sw,8
	kJ: 0 kcal: 0,0	kJ: 1791 kcal: 428,1	kJ: 3114 kcal: 744,2	kJ: 1672 kcal: 399,7	kJ: 2974 kcal: 710,9
Dessert	**Obstkorb (Mischware)** X	**Pfirsichjoghurt** M X	**Obst (voraussichtlich Bananen)** X	**Grießpudding** G,W,M X	~~Obst (voraussichtlich Birnen)~~ Stracciatella-Joghurt Schokostreusel X M S
	kJ: 346 kcal: 82,6	kJ: 346 kcal: 82,7	kJ: 715 kcal: 171,0	kJ: 435 kcal: 104,1	kJ: 326 kcal: 78,0

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