



Speiseplan

KW 33 | 10.08. bis 14.08.2026



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	Veggietag	Freitag
Menü 1 DGE-Linie	Hörnchennudeln (BIO)  G,W Mexikanische Soße M,Sr (Mais/Bohnen/Paprika) Karottensalat	Hokifilet (mehliert,  G,W,F,M,Sf gebraten) M,3,4 Salzkartoffeln Rahmspinat	Vollkorn-Fusilli (BIO)  G,W Grünkern-Bolognese G,W,Sr Reibekäse M Blattsalatmischung M Rahmdressing	Linsencurry  M,Sr,Sw,8 Parboiled Reis (Bio) Kaisergemüse (Brokkoli, Karotte, Blumenkohl)	Rinderhackbällchen  Sr Tomatensoße Dampfkartoffeln Farmersalat (Kraut/Karotte/Mais) E,M
	kJ: 2346 kcal: 560,7	kJ: 1331 kcal: 318,0	kJ: 2263 kcal: 541,0	kJ: 1975 kcal: 472,0	kJ: 2201 kcal: 526,0
Menü 2 Bunte Vielfalt	Hörnchennudeln (BIO)  G,W Rindergulasch M,Sr Karottensalat	Gemüsefrikadelle (Möhren, G,W,E Pastinaken, Erbsen) M,3,4 Salzkartoffeln Rahmspinat	Vollkorn-Fusilli (BIO)  G,W Würstchengulasch   Sr (Geflügel) M Blattsalatmischung Rahmdressing	Schupfnudeln Apfelmus G,W,E Zimtucker 3 Rohkost (Gurke/Karotte)	veg. Würfelchen (auf G,W,H,E,M,Sr,4 Milchbasis) in Tomatensoße Dampfkartoffeln Farmersalat (Kraut/Karotte/Mais) E,M
	kJ: 2661 kcal: 635,9	kJ: 1398 kcal: 334,0	kJ: 2355 kcal: 562,8	kJ: 3046 kcal: 728,1	kJ: 1613 kcal: 385,6
Menü 3 Gluten- Lactosefrei *Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	°Rindergulasch  Sr °Fusilli °Karottensalat °Joghurtdessert M	°Seelachs in  F,4 Tempurateig M °Salzkartoffeln °Rahmspinat °Frischobst	°Würstchengulasch   Sr,3,4 (Geflügel) M °Fusilli M °Blattsalatmischung M °Joghurtdressing °Joghurtdessert	°Linsencurry  M,Sw,8 °Parboiled Reis (BIO) °Kaisergemüse (Brokkoli, Karotte, Blumenkohl) °Frischobst	°Rinderhackbällchen  Sr °Tomatensoße °Dampfkartoffeln °Farmersalat °Pudding M M,1
	kJ: 3741 kcal: 894,2	kJ: 4779 kcal: 1142,2	kJ: 3721 kcal: 889,4	kJ: 2523 kcal: 603,0	kJ: 2260 kcal: 540,3
Menü 4 Salat-Linie	heute kein Angebot	'Sylter Salat' mit Blattsalat, K,E Tomate, Gurke, Ei und G,W,R,Ge,H,Ss Shrimps M Körnerbrötchen 'Joghurt-Dressing	'Glasnudelsalat' mit S Chinakohl, Paprika, Karotten, Minze, Lauchzwiebeln Weizenbrötchen G,W 'Erdnussdressing' Er,Sw,3,8	'Salat Neapolitan' mit M,7 Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven Roggenbrötchen G,W,R,Ge 'Vinaigrette' Sf,Sw,8	Tortellinisalat mit Tomaten, G,W,M Paprika und Hirtenkäse G,W Weizenbrötchen
	kJ: 0 kcal: 0,0	kJ: 1791 kcal: 428,1	kJ: 1590 kcal: 380,0	kJ: 3010 kcal: 719,3	kJ: 3149 kcal: 752,7
Dessert	Apfelquark  M,3	Obst (voraussichtlich Kiwi)	Himbeerquark M	Obst (voraussichtlich Wassermelone)	Kuhpudding M (Vanille/Schoko)
	kJ: 359 kcal: 85,8	kJ: 158 kcal: 37,8	kJ: 355 kcal: 84,9	kJ: 159 kcal: 38,0	kJ: 345 kcal: 82,6

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 ) | 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