

Speiseplan KW 19 | 10.05. bis 14.05.2021

El Tucano
SCHULCATERING



Die Speisenauswahl in Grün entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“. Diese wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert und mit dem DGE-Logo ausgezeichnet.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1 DGE-Linie	Fusilli (BIO) Parmesancreme Karottensalat G,W G,W,E,M,2 Sw,3	Schollenfilet gebraten Buttersoße Naturreis Brokkoli F G,W,M	Tortellini Ricotta-Spinat Tomatenrahmsoße Eisb.salat & Karotte, Mais Joghurtdressing G,W,M M,Sr M,Sw,3	Feiertag: Christi Himmelfahrt	Hähnchenschnitzel Zitronenecke Ketchup Dampfkartoffeln Gurkensalat G,W,E Sr Sw,3
	kj: 2945 kcal: 703,8	kj: 1786 kcal: 426,9	kj: 3341 kcal: 798,5	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 1669 kcal: 399,0
Menü 2 bunt gemixte Alternative	Hähnchenkeule Geflügelsoße Fusilli BIO Karottensalat M,Sr G,W Sw,3	Valess Schnitzel Toscana Buttersoße Naturreis Brokkoli G,W,H,E,M G,W,M	Tortellini Carne (Rind) Tomatenrahmsoße Eisb.salat & Karotte, Mais Joghurtdressing G,W M,Sr M,Sw,3		Feta mit Tomate, Olive, Peperoni Ajvardip Dampfkartoffeln Gurkensalat M,Sw,1,3,8,7 M Sw,3
	kj: 2518 kcal: 601,9	kj: 2039 kcal: 487,4	kj: 3284 kcal: 785,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 2171 kcal: 519,0
Menü 3 Pasta & mehr	Röstiecken Kräuterquark Karottensalat M Sw,3	Makkaroni-Chips (BIO) Mexikanische Soße (Mais/Bohnen/Paprika) Gurkenrohkost Joghurt natur Dip G,W M,Sr M	Parboiled Reis Kräuter-Käsesoße Eisb.salat & Karotte, Mais Joghurtdressing G,W,M M,Sw,3		American Pancake Pfirsichkompott Vanillesoße Gemügesticks (Gurke/Karotte) Kräuterdip G,W,E,M M M
	kj: 2198 kcal: 525,4	kj: 2200 kcal: 525,7	kj: 2367 kcal: 565,7	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 2831 kcal: 676,7
Menü 4 glutenfrei lactosefrei	*Röstiecken *-Kräuterquark- *Karottensalat *Apfelmus M Sw,3 3	*Seelachs (natur) *-helle Soße- *Naturreis *Brokkoli *Frischobst Sr M	*Fusilli G/L frei *-Tomatensoße- *Eisb.salat & Karotte, Mais *Vinaigrette *-Fruchtjoghurt- Sr Sw,3 M,1		*G/L Frei Hähnchenbrustfilet *-Schnittlauchsoße- *Dampfkartoffeln *Gurkensalat *Frischobst M Sw,3
	kj: 2542 kcal: 607,7	kj: 1817 kcal: 434,2	kj: 1896 kcal: 453,2	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 1273 kcal: 304,2
Menü 5 Suppentopf	heute kein Angebot	heute kein Angebot	heute kein Angebot		heute kein Angebot
	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 0 kcal: 0,0
Menü 6 Tagessalat	Tortellinisalat mit Tomaten, Paprika und Hirtenkäse Weizenbrötchen G,W,M,Sw,3 G,W	'Türkischer Salat' mit Bulgur, Tomate, Mais, Oliven, Hirtenkäse Weizenbrötchen 'Joghurtdressing' G,W,M,3 G,W M,Sw,3	Bunter Eier-Kartoffelsalat mit Geflügelfrikadellchen Weizenbrötchen G,W,E,M,Sf,Sw,1,2,3 G,W		'Italienischer Salat' Blattsalat, Truthahnschinken, Käse, Tomate, Olive Weizenbrötchen 'Joghurtdressing' 2,3,7,4 G,W M,Sw,3
	kj: 4927 kcal: 1177,6	kj: 2479 kcal: 592,5	kj: 3101 kcal: 741,1	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 2032 kcal: 485,8
Dessert	'Apfelmus' 3	Frischobst	Bountyquark S,M		Frischobst
	kj: 322 kcal: 77,0	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 528 kcal: 126,1	kj: 0 kcal: 0,0	kj: 204 kcal: 48,8