



# Speiseplan

KW 38 | 19.09. bis 23.09.2022

Die Menülinie 1 (mit Dessert) entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“. Diese wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert und mit dem



**El Tucano**  
SCHULCATERING

Montag

Dienstag

Veggietag

Donnerstag

Freitag

Menü	Montag	Dienstag	Veggietag	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b> <i>DGE-Linie</i> 	<b>Linsensuppe mit Murmelöhren Vollkornbrötchen</b> Sr G,W,R,Ge,H kcal: 336,6	<b>Haschee vom Rind Parboiled Reis (BIO) Blattsalat Kräutervinaigrette</b> Sr Sf,Sw,8 kcal: 427,8	<b>Vollkornspaghetti (BIO) Tomatenrahmsoße Reibekäse Gurkensalat</b> G,W M,Sr M kcal: 417,8	<b>Backfisch - (Seelachs) Ofenkartoffeln Rahmspinat</b> G,W,F G,W,M,3,4 kcal: 319,1	<b>Hörnchennudeln (BIO) Gemüse-Sahnesoße (Karotte/Lauch/Sellerie) Karottensalat</b> G,W G,W,E,M,Sr,4 kcal: 477,0
<b>Menü 2</b> <i>bunt gemixte Alternative</i>	<b>Hähnchenbrüstchen Salzkartoffeln Rahmbrokkoli</b> G,W,M kcal: 230,1	<b>Gnocchi-Tomaten-Auflauf Blattsalat Kräutervinaigrette</b> G,W,M,Sr Sf,Sw,8 kcal: 358,9	<b>Pfannkuchen Apfelmus Zimtucker Gurkenrohkost-Scheiben</b> G,W,E,M 3 kcal: 365,9	<b>'Ofenkartoffeln Sour Cream Eisbergsalat Rahmdressing</b> M M kcal: 384,8	<b>Gebratene Mie-Nudeln mit Hähnchen mit Gemüse (Karotte/Erbse/Mais) Ananas-Currysoße</b> G,W,E,S G,W,M,Sw,8 kcal: 416,9
<b>Menü 3</b> <i>Bio-Linie</i> 	<b>Reibekuchen (Bio) Apfelmus (Bio) Gurkenrohkost-Scheiben (Bio) Bioobst</b> G,W,E,3 3 kcal: 379,5	<b>Bio-Köttbullar (Rind) Rahmsoße (Bio) Parboiled Reis (BIO) Eisbergsalat (Bio) Honig-Senfdressing (Bio) Bio-Erdbeerjoghurt</b> G,W,M,Sr Sf M kcal: 469,8	<b>Fusilli (Bio) Paprikasoße (Bio) Rote Linsen (Bio) Bioobst</b> G,W M,Sr kcal: 537,5	<b>Schupfnudeln (Bio) Rahmspinat (Bio) Bio-Kirschquark</b> G,W,E G,W,M M kcal: 513,9	<b>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung (Bio) Schnittlauchdip (Bio) Karottensalat (Bio) Bioobst</b> M,3 M kcal: 532,2
<b>Menü 4</b> <i>glutenfrei lactosefrei</i>	<b>°Hähnchenbrustfilet °Salzkartoffeln °Brokkoli a la Creme °Frischobst</b> M kcal: 395,9	<b>°Haschee vom Rind °Parboiled Reis (BIO) °Blattsalat °Kräutervinaigrette °Pudding</b> Sr Sf,Sw,8 M,1 kcal: 717,4	<b>°Spaghetti °Tomatenrahmsoße °Gurkensalat °Frischobst</b> M,Sr kcal: 660,3	<b>°Seelachs (natur) °Ofenkartoffeln °Rahmspinat °Alpro Soja Schoko</b> F,Sr M S kcal: 441,5	<b>°Parboiled Reis °mit Gemüse (Paprika, Mais, Zucchini) °Ananas-Currysoße</b> M,Sw,8 kcal: 519,6
<b>Menü 5</b> <i>Tagessalat</i>	<b>'Serbischer Salat' mit weißen Bohnen, Paprika und Cocktailtomaten Vollkornbrötchen</b> M,7 G,W,R,Ge,H kcal: 521,5	<b>'Norweger Salat' mit Blattsalat, Räucherlachs, Gurke, Karotte, Tomate Weizenbrötchen 'Vinaigrette</b> F,7 G,W Sf,Sw,8 kcal: 445,2	<b>'Salat Neapolitan' mit Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven Weizenbrötchen 'Vinaigrette</b> M,7 G,W Sf,Sw,8 kcal: 703,0	<b>'Deutscher Salat' mit Blattsalat, Tomate, Mais, Gurke, Ei Körnerbrötchen 'Joghurt-Dressing</b> G,W,E G,W,R,Ge,H,Ss M kcal: 542,8	<b>Tortellinisalat mit Tomaten, Paprika und Hirtenkäse Weizenbrötchen</b> G,W,M G,W kcal: 869,1
<b>Dessert</b>	<b>Frischobst</b> kcal: 48,8	<b>Erdbeerjoghurt</b> M kcal: 47,6	<b>Frischobst</b> kcal: 48,8	<b>Kirschquark Schokostreusel</b> M S kcal: 87,8	<b>Frischobst</b> kcal: 48,8