

# Ferien-Speiseplan Schulen







KW 41 | 07.10. bis 11.10.2019

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.

**El Tucano**  
SCHULCATERING



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b> <i>Fleisch &amp; Fisch</i>	<b>Geflügelfleischkäse</b>  2,3,4 <b>Rahmsoße</b> G,W,M,Sr <b>Risoleekartoffeln</b> <b>Buntes Möhrengemüse</b>	<b>Lammhacksteak</b>  G,W <b>Tomatenrahmsoße</b> M,Sr <b>Gnocchi</b> G,W,E <b>Ital. Pfannengemüse</b> <b>(Paprika, Zwiebeln)</b>	<b>Hähnchenbrust</b>  <b>Frischkäsesoße</b> G,W,M <b>Dampfkartoffeln</b> <b>Brokkoli</b>	<b>Pizza "Thunfisch"</b>  G,W,F,M <b>Gurkensalat</b> Sw,3	<b>Vollkorn-Penne (BIO)</b>  G,W <b>Carbonara Soße (mit Pute)</b>  G,W,M,2,3,4 <b>Rohkoststicks (Gurke/Paprika)</b> <b>Dip natur</b> M
	kj: 1015 kcal: 242,6	kj: 2362 kcal: 564,6	kj: 1654 kcal: 395,3	kj: 1367 kcal: 326,7	kj: 2682 kcal: 641,1
<b>Menü 2</b> <i>vegetarisch</i>	<b>Polenta-Käseschnitte (Bio)</b> G,W,E,M <b>Frischkäsesoße</b> G,W,M <b>Risoleekartoffeln</b> <b>Buntes Möhrengemüse</b>	<b>Arancini-Spinatbällchen</b> G,W,E,M,Sr <b>Tomatenrahmsoße</b> M,Sr <b>Gnocchi</b> G,W,E <b>Ital. Pfannengemüse</b> <b>(Paprika, Zwiebeln)</b>	<b>Champignons im Backteig</b> G,W,E <b>Frischkäsesoße</b> G,W,M <b>Dampfkartoffeln</b> <b>Brokkoli</b>	<b>Pizza "Margarita"</b> G,W,M <b>Gurkensalat</b> Sw,3	<b>Vollkorn-Penne (BIO)</b>  G,W <b>Karottencarbonara</b> G,W,M <b>Rohkoststicks (Gurke/Paprika)</b> <b>Dip natur</b> M
	kj: 2282 kcal: 545,4	kj: 2603 kcal: 622,2	kj: 2027 kcal: 484,6	kj: 1296 kcal: 309,8	kj: 2601 kcal: 621,6
<b>Menü 3</b> <i>glutenfrei lactosefrei</i>	<b>*Geflügelfleischkäse</b>  2,3,4 <b>*-Zwiebelsoße-</b> M,Sr <b>*Risoleekartoffeln</b> <b>*Gurkensalat</b> Sw,3 <b>*-Fruchtjoghurt-</b> M,1	<b>*Blumenkohl a la Creme</b> <b>*Dampfkartoffeln</b> <b>*Eisbergsalat</b> <b>*Vinaigrette</b> Sw,3 <b>*Frischobst</b>	<b>*G/L Frei Hähnchenbrust-</b> <b>filet mit heller Soße</b> M <b>*Röstiecken</b> <b>*Konfettisalat</b> Sw,3 <b>(Mais/Erbsen/Paprika)</b> <b>*-Fruchtjoghurt-</b> M,1	<b>*Seelachs (natur)</b>  Sr <b>*-helle Soße-</b> M <b>*Parboiled Reis</b> <b>*Eisbergsalat</b> Sw,3 <b>*Vinaigrette</b> <b>*Frischobst</b>	<b>*Rigatoni G/L frei</b> <b>*-Spinatkäsesoße-</b> M <b>*Rohkoststicks (Gurke/Paprika)</b> <b>*-Pudding-</b> M,1
	kj: 1284 kcal: 306,8	kj: 745 kcal: 178,1	kj: 2503 kcal: 598,3	kj: 1785 kcal: 426,7	kj: 2137 kcal: 510,9
<b>Dessert</b>	<b>Vanille-Joghurt</b> M <b>Knuspermüsli</b> G,W,Ge,H,M	<b>Frischobst</b>	<b>Schokokuchen</b> G,W,E	<b>Frischobst</b>	<b>Vanillepudding</b> M <b>Schokostreusel</b> S
	kj: 635 kcal: 151,8	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 971 kcal: 232,0	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 368 kcal: 87,8



## Guten Appetit!

**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!**