

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

Menü 1 Fleisch & Fisch

Montag
Lammhacksteak Tomatenrahmsoße Gnocchi Ital. Pfannengemüse (Paprika, Zwiebeln)
G,W M,Sr G,W,E
kJ: 2362 kcal: 564,6

Dienstag
Hähnchenbrust Frischkäsesoße Dampfkartoffeln Brokkoli
G,W,M
kJ: 1654 kcal: 395,3

Mittwoch
Pizza "Thunfisch" Gurkensalat
G,W,F,M Sw,3
kJ: 1367 kcal: 326,7

Donnerstag
Vollkorn-Penne (BIO) Carbonara Soße (mit Pute) Rohkoststicks (Gurke/Paprika) Dip natur
G,W G,W,M,2,3,4 M
kJ: 2682 kcal: 641,1

Freitag
Pfannekuchen Bolognese (Rind) Karottensalat
G,W,E,M Sr Sw,3
kJ: 2402 kcal: 574,0

Menü 2 vegetarisch

Arancini-Spinatbällchen Tomatenrahmsoße Gnocchi Ital. Pfannengemüse (Paprika, Zwiebeln)
G,W,E,M,Sr M,Sr G,W,E
kJ: 2603 kcal: 622,2

Champignons im Backteig Frischkäsesoße Dampfkartoffeln Brokkoli
G,W,E G,W,M
kJ: 2027 kcal: 484,6

Pizza "Margarita" Gurkensalat
G,W,M Sw,3
kJ: 1296 kcal: 309,8

Vollkorn-Penne (BIO) Karottencarbonara Rohkoststicks (Gurke/Paprika) Dip natur
G,W G,W,M M
kJ: 2601 kcal: 621,6

Pfannekuchen veg. Bolognese (Karotte/Lauch/Sellerie) Karottensalat
G,W,E,M Sr Sw,3
kJ: 2397 kcal: 573,0

Menü 3 glutenfrei lactosefrei

*Blumenkohl a la Creme *Dampfkartoffeln *Eisbergsalat *Vinaigrette *Frischobst
Sw,3
kJ: 745 kcal: 178,1

*G/L Frei Hähnchenbrust- filet mit heller Soße *Röstiecken *Konfettisalat (Mais/Erbsen/Paprika) *-Fruchtjoghurt-
M Sw,3 M,1
kJ: 2503 kcal: 598,3

*Seelachs (natur) *-helle Soße- *Parboiled Reis *Eisbergsalat *Vinaigrette *Frischobst
Sr M Sw,3
kJ: 1785 kcal: 426,7

*Rigatoni G/L frei *-Spinatkäsesoße- *Rohkoststicks (Gurke/Paprika) *-Pudding-
M M,1
kJ: 2137 kcal: 510,9

*-Penne- *veg. Bolognese *Karottensalat *Frischobst
Sr Sw,3
kJ: 2734 kcal: 653,5

Dessert

Frischobst
kJ: 204 kcal: 48,8

Schokokuchen
G,W,E kJ: 971 kcal: 232,0

Frischobst
kJ: 204 kcal: 48,8

Vanillepudding Schokostreusel
M S kJ: 368 kcal: 87,8

Frischobst
kJ: 204 kcal: 48,8



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!**