


# Speiseplan

KW 11 | 11.03. bis 15.03.2024



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 DGE-Logo  ausgezeichnet.

**El Tucano**  
SCHULCATERING

**Veggie**tag

	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
<b>Menü 1</b> DGE-Linie	<b>Linsensuppe mit Süßkartoffelwürfeln Roggenbrötchen</b> Sr G,W,R,Ge	<b>Lachs-Sahnesoße Parboiled Reis (Bio) Blattsalat Honig-Senf dressing</b> G,W,F,M Sf	<b>Vollkorn-Fusilli (BIO) Arrabiatasoße Reibekäse Paprikasalat</b> G,W Sr M Sr,Sf,Sw,8	<b>Rinderfrikadellchen Zaziki Salzkartoffeln Weißkrautsalat</b> G,W,E,M,Sr,Sf M	<b>veg. Cannelloni (Spinat), in Tomatenrahm, mit Käse gratiniert, Karottensalat</b> G,W,E,M M,Sr M
	kj: 1584 kcal: 378,6	kj: 1557 kcal: 372,2	kj: 1941 kcal: 463,9	kj: 1547 kcal: 369,7	kj: 1823 kcal: 435,7
<b>Menü 2</b> Bunte Vielfalt	<b>American Pancake Zimtkirschen Gurkenrohkost-Scheiben</b> G,W,E,M	<b>Eier-Omelette Schnittlauchsoße Parboiled Reis Bio Blattsalat Honig-Senf dressing</b> E,M G,W,M Sf	<b>Rindfleisch-Ragout mit Murmelmöhren Vollkorn-Fusilli BIO Paprikasalat</b> G,W,M,Sr G,W Sr,Sf,Sw,8	<b>Falafelbällchen Zaziki Salzkartoffeln Weißkrautsalat</b> G,W M	<b>Hähnchenbrüstchen Rahmsoße Wedges Romanescogemüse</b> G,W,M,Sr G,W
	kj: 2652 kcal: 633,9	kj: 1394 kcal: 333,3	kj: 1487 kcal: 355,4	kj: 1113 kcal: 266,0	kj: 1511 kcal: 361,2
<b>Menü 3</b> Gluten-Lactosefrei Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	<b>°Linsensuppe °Brötchen °Frischobst</b> Sr S	<b>°Lachs-Sahnesoße °Parboiled Reis (BIO) °Blattsalat °Honig-Senf dressing °Pudding</b> F,M Sf M,1	<b>°Rindfleisch-Ragout mit Murmelmöhren °Fusilli °Paprikasalat °Frischobst</b> M,Sr Sr,Sf,Sw,8	<b>°Salzkartoffeln °Zaziki-L °Weißkrautsalat °Alpro Soja Vanille</b> M S,1	<b>°Spaghetti °Tomatenrahmsoße °Karottensalat °Frischobst</b> M,Sr
	kj: 1653 kcal: 395,1	kj: 2893 kcal: 691,4	kj: 2449 kcal: 585,4	kj: 1715 kcal: 409,8	kj: 3004 kcal: 718,0
<b>Menü 4</b> Salat-Linie	<b>'Griechischer Nudelsalat' mit Paprika, Gurke, Tomate, Olive, Hirtenkäse Roggenbrötchen</b> G,W,M,Sf,Sw,3,8,7 G,W,R,Ge	<b>'Mexikanischer Salat' mit Blattsalat, Mais, Kidneybohnen, Tomaten, Hähnchenbruststreifen Weizenbrötchen 'Joghurt-Dressing</b> E,M,Sf,Sw,1,3,8 G,W M	<b>'Sylter Salat' mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Ei und Shrimps Weizenbrötchen 'Joghurt-Dressing</b> K,E,M,Sf G,W M	<b>'Feldsalat' mit Hähnchenbruststreifen, Apfel, Kürbiskernen Weizenbrötchen 'Honig-Senf-Dressing</b> 3 G,W Sf	<b>Tortellinisalat mit Tomaten, Paprika und Hirtenkäse Weizenbrötchen</b> G,W,M G,W
	kj: 2907 kcal: 694,8	kj: 1492 kcal: 356,6	kj: 1542 kcal: 368,7	kj: 2567 kcal: 613,5	kj: 3149 kcal: 752,7
<b>Dessert</b>	<b>Frischobst</b>	<b>Schokokuchen</b> G,W,E	<b>Frischobst</b>	<b>Pfirsichquark</b> M	<b>Frischobst</b>
	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 971 kcal: 232,0	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 284 kcal: 67,8	kj: 204 kcal: 48,8

**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!