Speiseplan

KW 21 | 19.05. bis 23.05.2025

El Tucano SCHULCATERING

Die grün hinterlegten Angebote/Komponenten entsprechen dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen". Sie wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert und mit diesem Logo ausgezeichnet.

	Montag	Veggietag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1 DGE-Linie	**Fischstäbchen (Seelachs)** **Dampfkartoffeln** **Rahmspinat**	G,W,F G,W,M,3,4	**Vollkorn-Fusilli (BIO)** **Tomatenrahmsoße** **Reibekäse** **Gurkensalat**	G,W M,Sr M	**veg. Steak (auf Milchbasis)** **veget. Bratensoße** **Kartoffelstampf** **Eisbergsalat** **French Dressing**	G,W,H,E,M,4 G,W,S,Sw,1,8 M E,M,Sf	**Hähnchenbrüstchen** **Zaziki** **Parboiled Reis Bio** **Grüne Bohnen**	M	**"Mac and Cheese" (Nudelauflauf mit Bio-Makkaroni)** **Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)**	G,W,M,1 E,M,3
	kJ: 1600 kcal: 382,5		kJ: 2018 kcal: 482,2		kJ: 1264 kcal: 302,1		kJ: 1258 kcal: 300,6		kJ: 2170 kcal: 518,6	
Menü 2 Bunte Vielfalt	**American Pancake** **Pflaumenkompott** **Vanillesoße** **Knabberkarotten**	G,W,E,M M	**Gemüsesuppe (Karotte, Lauch, Sellerie) mit Buchstabennudeln** **Weizenbrötchen**	Sr G,W,E G,W	**Currywurst (Geflügel)** **Wedges** **Eisbergsalat** **French Dressing**	Sr G,W E,M,Sf	**Falafelbällchen (aus Kichererbsen)** **Zaziki** **Parboiled Reis Bio** **Grüne Bohnen**	G,W M	**Nudel - Putenschinken - Auflauf** **Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)**	G,W,M,1,2,3,4 E,M,3
	kJ: 2611 kcal: 624,0		kJ: 1387 kcal: 331,6		kJ: 1886 kcal: 450,7		kJ: 1407 kcal: 336,2		kJ: 1950 kcal: 466,0	
Menü 3 Gluten-Lactosefrei Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	**°Seelachs (natur)** **°Dampfkartoffeln** **°Rahmspinat** **°Frischobst**	Sr M	**°Fusilli** **°Tomatensoße** **°Gurkensalat** **°Pudding**	Sr M,1	**°Bratwurst (Geflügel)** **°Geflügelsoße** **°Kartoffelstampf** **°Eisbergsalat** **°French Dressing** **°Joghurtdessert**	 M E,M,Sf M	**°Hähnchenbrustfilet** **°Zaziki-L** **°Parboiled Reis (BIO)** **°Grüne Bohnen** **°Frischobst**	M	**°Penne "Mac-and-Cheese-Style"** **°Karottensalat** **°Soja-Pudding (Vanille)**	M S,1
	kJ: 1165 kcal: 278,5		kJ: 3314 kcal: 792,2		kJ: 2476 kcal: 591,7		kJ: 2114 kcal: 505,3		kJ: 3480 kcal: 831,7	
Menü 4 Salat-Linie	**'Türkischer Salat' mit Bulgur, Tomate, Gurke, Hirtenkäse** **Roggenbrötchen**	G,W,M,Sf,Sw,1,3,8 G,W,R,Ge	**'Nudelsalat' mit Tomatenpesto, Paprika, Hirtenkäse** **Weizenbrötchen**	G,W,M,Schf,H1 G,W	**'Mexikanischer Salat' mit Blattsalat, Mais, Kidneybohnen, Tomaten, Hähnchenbruststreifen** **Weizenbrötchen** **'Joghurt-Dressing**	E,M,Sf,Sw,1,3,8 G,W M	**'Salat Neapolitan' mit Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven** **Körnerbrötchen** **'Vinaigrette**	M,7 G,W,R,Ge,H,Ss Sf,Sw,8	**Couscous-Salat (Gurke, Mandarine, Tomaten, Hirtenkäse) mit Petersilien-Minz-Dressing** **Weizenbrötchen**	G,W,M,Sw,8 G,W
	kJ: 3924 kcal: 937,8		kJ: 3052 kcal: 729,4		kJ: 1492 kcal: 356,6		kJ: 3223 kcal: 770,3		kJ: 3945 kcal: 942,8	
Dessert	**Frischobst**		**Schokoladenpudding**	M	**Vanillequark** **Kirschsoße**	M	**Frischobst**		**Mandarinenquark**	M
	kJ: 204 kcal: 48,8		kJ: 278 kcal: 66,4		kJ: 352 kcal: 84,1		kJ: 204 kcal: 48,8		kJ: 217 kcal: 51,8	

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!**