



# Speiseplan

KW 37 | 12.09. bis 16.09.2022

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

VeggieTag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

## Menü 1

DGE-Linie



Eier-Omelette  
Kartoffelstampf  
Rahmspinat

E,M  
M  
G,W,M,3,4

Pizza "Margherita"  
Blattsalat  
Vinaigrette

G,W,M  
Sf,Sw,8

Hähnchenschnitzelchen  
Rahmsoße  
Gabelspaghetti BIO  
Erbsengemüse

G,W,E  
G,W,M,Sr  
 G,W

veg. Steak (auf Milchbasis)  
Paprikasoße  
Naturreis (BIO)  
Eisbergsalat  
Joghurtdressing

G,W,H,E,M,4  
M,Sr  
  
M

Lachswürfel in  
Honig-Senf-Soße  
Dampfkartoffeln  
Tomatensalat  
Vinaigrette

G,W,F,M,Sf  
Sf,Sw,8

kj: 1300 kcal: 310,6

kj: 1887 kcal: 451,1

kj: 1945 kcal: 465,0

kj: 1551 kcal: 370,8

kj: 1237 kcal: 295,6

## Menü 2

bunt gemixte  
Alternative

Geflügel-Nürnberger  
Ketchup  
Kartoffelstampf  
Möhrengemüse

3,4  
Sr  
M

Penne (BIO)  
Tomatenrahmsoße  
Blattsalat  
Vinaigrette

G,W  
M,Sr  
Sf,Sw,8

Schupfnudeln  
Frischkäsesoße  
Erbsengemüse

G,W,E  
G,W,M

Cevapcici (Rind)  
Zaziki  
Risoleekartoffeln  
Eisbergsalat  
Joghurtdressing

G,W  
M  
M

Polenta-Grießbrei  
Waldbeersauce  
Zimtucker  
Snacktomaten

M

kj: 1419 kcal: 339,2

kj: 1984 kcal: 474,3

kj: 2378 kcal: 568,3

kj: 1357 kcal: 324,3

kj: 1466 kcal: 350,4

## Menü 3

Bio-Linie



veg. Tortellini (Tomate,  
Karotte, Zwiebel) (Bio)  
Sahnesoße (Bio)  
Brokkoli (Bio)  
Bioobst

G,W  
 G,W,M

Gnocchi (Bio)  
Tomaten-Frischkäsesoße  
(Bio)  
Eisbergsalat (Bio)  
Joghurtdressing (Bio)  
Bio-Vanillequark

G,W  
 M,Sr  
  
 M  
 M

Milchreis (Bio)  
Kirschoße (Bio)  
Zimtucker (Bio)  
Knabberkarotten (Bio)  
Bioobst

M

Spaghetti (BIO)  
Bolognese (Rind)  
(Bio)  
Reibekäse (Bio)  
Gurkensalat (Bio)  
Schoko-Pudding (Bio)

G,W  
 Sr  
 M  
 M  
 M

Linsen-Hirse-Bällchen  
(Bio)  
Zaziki (Bio)  
Salzkartoffeln (Bio)  
Ofengemüse (Bio)  
Bioobst

G,W,E  
 M

kj: 2472 kcal: 590,7

kj: 2587 kcal: 618,4

kj: 2159 kcal: 516,0

kj: 2269 kcal: 542,2

kj: 1554 kcal: 371,5

## Menü 4

glutenfrei  
lactosefrei

°Geflügel-Nürnberger  
°Ketchup  
°Kartoffelstampf  
°Möhrengemüse  
°Frischobst

3,4  
Sr  
M

°Pizza "Margherita"  
°Blattsalat  
°Vinaigrette  
°Alpro Soja Vanille

S,M  
Sf,Sw,8  
S,1

°Hähnchenbrustfilet  
°helle Soße  
°Penne  
°Erbsengemüse  
°Frischobst

M

°Risoleekartoffeln  
°Zaziki-L  
°Eisbergsalat  
°Joghurtdressing  
°Pudding

M  
M  
M  
M,1

°Polenta-Grießbrei  
°Waldbeersauce  
°Zimtucker  
°Snacktomaten  
°Frischobst

M

kj: 2037 kcal: 486,7

kj: 2706 kcal: 646,7

kj: 2343 kcal: 560,0

kj: 2025 kcal: 484,1

kj: 2490 kcal: 595,2

## Menü 5

Tagessalat

heute kein Angebot

'Türkischer Salat' mit Bulgur,  
Tomate, Gurke, Hirtenkäse  
Weizenbrötchen

G,W,M,Sf,Sw,1,3,8  
G,W

'Spanischer Salat' mit  
Blattsalat, Paprika, Oliven,  
Tomaten, Thunfisch  
Körnerbrötchen  
'Rahm-Dressing

F,3  
G,W,R,Ge,H,Ss  
M

'Holländischer Salat' mit  
Blattsalat, Karotte, Tomate,  
Gurke, Gouda  
Roggenbrötchen  
'Joghurt-Dressing

G,W,M,1  
G,W,R,Ge  
M

'Griechischer Nudelsalat' mit  
Paprika, Gurke, Tomate, Olive,  
Hirtenkäse  
Weizenbrötchen

G,W,M,Sf,Sw,3,8,7  
G,W

kj: 0 kcal: 0,0

kj: 3128 kcal: 747,7

kj: 2179 kcal: 520,8

kj: 2363 kcal: 564,7

kj: 2851 kcal: 681,3

## Dessert

Frischobst

Vanillequark

M

Frischobst

Schokoladenpudding

M

Frischobst

kj: 204 kcal: 48,8

kj: 323 kcal: 77,3

kj: 204 kcal: 48,8

kj: 278 kcal: 66,4

kj: 204 kcal: 48,8