



Speiseplan

KW 40 | 03.10. bis 07.10.2022

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

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Veggietag

Menü 1

DGE-Linie



Feiertag: Tag der Deutschen Einheit

Gabelspaghetti (BIO) G,W
Tomatensoße Sr
Karotten-Apfel-Salat

Fischnuggets (Seelachs) G,W,F,M,4
Zitronensoße G,W,M,3
Dampfkartoffeln
Gurkensalat

Vollkorn-Fusilli (BIO) G,W
Bolognese (Rind) Sr
Reibekäse M
Eisbergsalat
Kräutervinaigrette Sf,Sw,8

Linsen-Kokos-Curry G,W,M,Sw,8
mit Gemüse (Paprika, Mais, Zucchini)
Parboiled Reis (BIO)

kj: 0 kcal: 0,0

kj: 1715 kcal: 409,8

kj: 1268 kcal: 303,0

kj: 1960 kcal: 468,4

kj: 1827 kcal: 436,7

Menü 2

bunt gemixte Alternative

Putengeschnetzeltes
Gabelspaghetti (BIO)
Karotten-Apfel-Salat

G,W
 G,W
Putengeschnetzeltes
Gabelspaghetti (BIO)
Karotten-Apfel-Salat

Germknödelchen G,W,E,M
Vanillesoße M
Gurkenrohkost-Scheiben

Gemüseaultaschen (Spinat/Lauch) in Brühe G,W,E,Sr,Sf
Eisbergsalat Sf,Sw,8
Kräutervinaigrette

veg. Schnitzel (auf Milchbasis) G,W,H,E,M,4
mit Gemüse (Paprika, Mais, Zucchini)
Rahmsoße G,W,M,Sr
Salzkartoffeln

kj: 0 kcal: 0,0

kj: 1454 kcal: 347,4

kj: 2150 kcal: 513,8

kj: 1387 kcal: 331,5

kj: 1482 kcal: 354,2

Menü 3

Bio-Linie



veg. Ravioli (Bio)
Tomatensoße (Bio)
Karottensalat (Bio)
Bioobst

G,W,Sr
 Sr

 Bioobst

Pfannkuchen (Bio) G,W,E,M
Apfelmus (Bio) 3
Zimtucker (Bio)
Gurkenrohkost-Scheiben
Bioobst

Hähnchenfrikassee G,W,M
Parboiled Reis (BIO)
Erbsengemüse (Bio)
Bio-Zitronenquark M,3

Penne (BIO) G,W
Tomatenrahmsoße (Bio) M,Sr
Reibekäse (Bio) M
Karottensalat (Bio)
Bioobst

kj: 0 kcal: 0,0

kj: 2932 kcal: 700,8

kj: 1551 kcal: 370,7

kj: 5639 kcal: 1347,8

kj: 2779 kcal: 664,1

Menü 4

glutenfrei lactosefrei

°Fusilli
°Tomatensoße Sr
°Karotten-Apfel-Salat
°Frischobst

°Fusilli Sr
°Tomatensoße Sr
°Karotten-Apfel-Salat
°Frischobst

°Seelachswürfel in Zitronensoße F,M,3
°Dampfkartoffeln
°Gurkensalat
°Frischobst

°Spaghetti Sr
°Bolognese (Rind) Sr
°Eisbergsalat Sf,Sw,8
°Kräutervinaigrette M
°Fruchtjoghurt

°Gemüse-Kokoscurry M,Sw,8
°Parboiled Reis (BIO)
°Frischobst

kj: 0 kcal: 0,0

kj: 2976 kcal: 711,4

kj: 1645 kcal: 393,1

kj: 2897 kcal: 692,3

kj: 1687 kcal: 403,1

Menü 5

Tagessalat

heute kein Angebot

heute kein Angebot

'Italienischer Salat' mit Blattsalat, Truthahnschinken, Käse, M,1,2,3,7,4
Tomate, Olive G,W
Weizenbrötchen M
'Joghurt-Dressing

'Mexikanischer Salat' mit Blattsalat, Mais, Kidneybohnen, Tomaten, Hähnchenbruststreifen E,M,Sf,Sw,1,3,8
Roggenbrötchen G,W,R,Ge
'Joghurt-Dressing M

'Caesar Salat' mit Blattsalat, Mais, Paprika, Parmesan, Croustons G,W,E,M,2
Körnerbrötchen G,W,R,Ge,H,Sw
'Caesar-Dressing E,M,Sf,Sw,2,3,8

kj: 0 kcal: 0,0

kj: 0 kcal: 0,0

kj: 2033 kcal: 486,0

kj: 1586 kcal: 379,2

kj: 2646 kcal: 632,5

Dessert

kj: 0 kcal: 0,0

Frischobst kj: 204 kcal: 48,8

Frischobst kj: 204 kcal: 48,8

Zitronenquark M,3 kj: 324 kcal: 77,5

Frischobst kj: 204 kcal: 48,8