




# Speiseplan

KW 10 | 02.03. bis 06.03.2026



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.

KITA- UND SCHULCATERING	Veggietag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü 1 DGE-Linie	Grießbrei Erdbeersoße Gurkenrohkost-Scheiben	G,W,M	Kalbsrahmgulasch Vollkorn-Penne (BIO) Paprikasalat Vinaigrette	 G,W,M,Sr G,W Sf,Sw,8	Lachs-Sahnesoße Parboiled Reis (Bio) Erbsengemüse	 G,W,F,M	Gemüsefrikadellchen (Möhren, Pastinaken, Erbsen) Paprikasoße Salzkartoffeln Blattsalatmischung Honig-Senfdressing	G,W,E M,Sr Sf	Gnocchi Rahmsoße Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)	G,W,E G,W,M,Sr E,M,3
	kJ: 1178      kcal: 281,5		kJ: 1902      kcal: 454,5		kJ: 1652      kcal: 394,8		kJ: 1225      kcal: 292,8		kJ: 2320      kcal: 554,5	
Menü 2 Bunte Vielfalt	Falafelbällchen (aus Kichererbsen) Schnittlauchdip Couscous Maisgemüse natur	G,W M G,W,Sr	Vollkorn-Penne (BIO) Spinatrahmsoße Paprikasalat Vinaigrette	 G,W G,W,M Sf,Sw,8	Veget. Geschnetzeltes (auf Milchbasis) in Sahnesoße Parboiled Reis (Bio) Erbsengemüse	G,W,H,E,M,4 	Hähnchenbrust Paprikasoße Salzkartoffeln Blattsalatmischung Honig-Senfdressing	 M,Sr Sf	Gnocchi Putenschinken-Sahnesoße Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)	G,W,E G,W,E,M,2,3,4 E,M,3
	kJ: 1682      kcal: 402,0		kJ: 1812      kcal: 433,1		kJ: 1620      kcal: 387,2		kJ: 1336      kcal: 319,3		kJ: 2254      kcal: 538,8	
Menü 3 Gluten- Lactosefrei  Spuren von Gluten/Lactose können enthalten sein	°Polenta-Grießbrei °Erdbeersoße °Zimtucker °Gurkenrohkost-Scheiben °Frischobst	M	°Kalbsgulasch °Penne °Paprikasalat °Vinaigrette °Pudding	 Sr Sr,Sf,Sw,8 Sf,Sw,8 M,1	°Lachs-Sahnesoße °Parboiled Reis (BIO) °Erbsengemüse °Frischobst	 F,M 	°Hähnchenkeule °Paprikasoße °Salzkartoffeln °Blattsalatmischung °Honig-Senfdressing °Joghurtdessert	 M,Sr Sf M	°Fusilli °Rahmsoße °Karotten-Krautsalat °Frischobst	M,Sr
	kJ: 2081      kcal: 497,3		kJ: 3195      kcal: 763,7		kJ: 2366      kcal: 565,4		kJ: 2679      kcal: 640,4		kJ: 3019      kcal: 721,5	
Menü 4 Salat-Linie	'Salat Neapolitan' mit Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven Roggenbrötchen 'Vinaigrette	M,7 G,W,R,Ge Sf,Sw,8	'Sylter Salat' mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Ei und Shrimps Weizenbrötchen 'Joghurt-Dressing	K,E G,W M	Couscous-Salat (Gurke, Mandarine, Tomaten, Hirtenkäse) mit Petersilien-Minz-Dressing Körnerbrötchen	G,W,M,Sw,3,8 G,W,R,Ge,H,Ss	Nudelsalat (Tomaten, Oliven, Erbsen, Mais, Paprika Hirtenkäse) mit Basilikum dressing Weizenbrötchen	G,W,M,Sf,Sw,8,7 G,W	'Türkischer Salat' mit Bulgur, Tomate, Gurke, Hirtenkäse Roggenbrötchen	G,W,M,Sf,Sw,1,3,8 G,W,R,Ge
	kJ: 3010      kcal: 719,3		kJ: 1542      kcal: 368,7		kJ: 4212      kcal: 1006,6		kJ: 4582      kcal: 1095,2		kJ: 3924      kcal: 937,8	
Dessert	Obst (voraussichtlich Äpfel)		Vanillequark 'Kirschsoße	M	Obst (voraussichtlich Kiwi)		Mango-Maracuja-Joghurt	M	Obstkorb (Mischware)	
	kJ: 527      kcal: 126,0		kJ: 350      kcal: 83,6		kJ: 158      kcal: 37,8		kJ: 285      kcal: 68,0		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 ) | 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!

Wir verwenden Lebensmittel in Bio-Qualität.  
Diese sind auf dem Speiseplan tagesaktuell mit "Bio" gekennzeichnet.  
Die eingesetzten und gekennzeichneten Bio-Zutaten sind von der  
Öko-Kontrollstelle ABCERT (DE-ÖKO-006) zertifiziert.

El Tucano GmbH & Co. KG | Max-Planck-Ring 25 | 65205 Wiesbaden | Tel. 06122 - 170 931 11 | E-Mail: [nachricht@eltucano.de](mailto:nachricht@eltucano.de)

Änderungen vorbehalten