Speiseplan

KW 44 I 26.10. bis 29.10.2026

Landkreis Germersheim

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1 DGE-Linie	**Überback. Gemüsemaultaschen (Karotte/Spinat/Erbsen) in Tomatenrahm** G,W,E,M,Sr **Karotten-Apfel-Salat** **Sonnenblumenkerne**	**Hähnchenstreifen in Rahmsoße** G,W,M,Sr **Dampfkartoffeln** **Blattsalat** **Vinaigrette** Sf,Sw,8	**Kürbissuppe** M,Sr **Kürbiskerne** **Körnerbrötchen** G,W,R,Ge,H,Ss	**Lachswürfel in Dill-Senfsoße** G,W,F,M,Sf **Vollkorn-Penne (BIO)** BIO G,W **Erbsengemüse (Bio)** BIO	
	kJ: 2219 kcal: 530,3	kJ: 1566 kcal: 374,3	kJ: 1895 kcal: 453,0	kJ: 2330 kcal: 556,8	kJ: 0 kcal: 0,0
Menü 2 vegetarisch	**Vollkorn-Fusilli (BIO)** BIO G,W **Basilikumsoße (Bio)** BIO G,W,M **Karotten-Apfel-Salat** **Sonnenblumenkerne**	**Spätzle (BIO)** BIO G,W,E **Linsengemüse (Karotte/Sellerie) (Bio)** BIO Sr **Blattsalat** **Vinaigrette** Sf,Sw,8	**veg. "Döner-Teller" mit Sojastreifen** S **Blattsalat** **Gurkenstücke** **Knoblauch-Joghurt-Soße (Bio)** M	**Überback. Blumenkohl (Bio)** BIO G,W,M **Salzkartoffeln (Bio)** BIO 3 **Karottensalat**	
	kJ: 2368 kcal: 566,0	kJ: 1800 kcal: 430,1	kJ: 2381 kcal: 569,2	kJ: 1485 kcal: 354,8	kJ: 0 kcal: 0,0
Menü 3 Salat-Linie	**heute kein Angebot**	**'Sylter Salat' mit Blattsalat, Tomate, Gurke, Ei und Shrimps** K,E **Weizenbrötchen** G,W **'Joghurt-Dressing** M	**'Glasnudelsalat' mit Chinakohl, Paprika, Karotten, Minze, Lauchzwiebeln** S **Körnerbrötchen** G,W,R,Ge,H,Ss **'Erdnussdressing** Er,Sw,3,8	**'Salat Neapolitan' mit Blattsalat, Tomate, Mozzarella, Oliven** M,7 **Weizenbrötchen** G,W **'Vinaigrette** Sf,Sw,8	
	kJ: 0 kcal: 0,0	kJ: 1542 kcal: 368,7	kJ: 1886 kcal: 450,7	kJ: 2974 kcal: 710,9	kJ: 0 kcal: 0,0
Dessert	**Obstkorb (Bio)** BIO	**Heidelbeerjoghurt (Bio)** BIO M	**Obst (voraussichtlich Kiwi)**	**Kuhpudding (Vanille/Schoko)** M	
	kJ: 305 kcal: 73,0	kJ: 318 kcal: 76,0	kJ: 158 kcal: 37,8	kJ: 345 kcal: 82,6	kJ: 0 kcal: 0,0

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

Guten Appetit!

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.

Allergene: E enthält Eier I Er enthält Erdnuss I F enthält Fisch I G Glutenhaltiges Getreide I W enthält Weizen I R enthält Roggen I Ge enthält Gerste I H enthält Hafer I D enthält Dinkel I Kh/Ka enthält Khorasan/Kamut I K enthält Krebstiere I Lu enthält Lupine I M enthält Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose L*) I S enthält Soja I Schf Schalenfrüchte/Nüsse I H1 enthält Mandel I H2 enthält Haselnuss I H3 enthält Walnuss I H4 enthält Kaschunuss I H5 enthält Pecannuss I H6 enthält Paranuss I H7 enthält Pistazie I H8 enthält Macadamianuss I H9 enthält Queenslandnuss I Sf enthält Senf I Sr enthält Sellerie I Ss enthält Sesam I Sw enthält Schwefeldioxid und Sulfite I We enthält Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff I 2 mit Konservierungsstoff I 3 mit Antioxidationsmittel I 4 mit Phosphat I 5 mit Süßungsmittel I 6 mit Geschmacksverstärker I 7 geschwärzt I 8 geschwefelt I 9 mit Nitritpökelsalz I 10 gewachst

Nährwertangaben: kcal Kilokalorien I kJ Kilojoule

*** in der gluten-& lactosefreien Menülinie verwenden wir selbstverständlich ausschließlich lactosefreie Milch!**

El Tucano GmbH & Co. KG I Max-Planck-Ring 25 I 65205 Wiesbaden I Tel. 06122 - 170 931 11 I E-Mail: nachricht@eltucano.de

Änderungen vorbehalten