# Speiseplan

Grundschulen Mömbris

KW 47 | 16.11. bis 20.11.2026

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|---|---|---|---|---|
| **Menü 1**<br>DGE-Linie | **Pizza "Margherita"** G,W,M<br>**Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)** E,M,3 | **veg. Streifen (auf Weizenbasis) in Champignonsoße** G,W,M<br>**Zartweizen** G,W<br>**Grüne Bohnen** | **Fischstäbchen (Seelachs paniert)** G,W,F<br>**Joghurtremoulade** E,M,5<br>**Dampfkartoffeln**<br>**Blattsalatmischung**<br>**French Dressing** E,M,Sf | **Vollkornspaghetti (BIO)** G,W<br>**Tomatensoße** Sr<br>**Reibekäse** M<br>**Karotten-Apfel-Salat** | **Hähnchenbrüstchen** M<br>**Maissoße**<br>**Parboiled Reis Bio**<br>**Baby-Möhren** |
| | kJ: 2108 kcal: 503,8 | kJ: 1695 kcal: 405,0 | kJ: 1890 kcal: 451,7 | kJ: 2006 kcal: 479,5 | kJ: 1519 kcal: 362,9 |
| **Menü 2**<br>vegetarisch | **Brokkoli-Kartoffel-Gratin** M,Sr,Sw<br>**Coleslaw (amerikanischer Kraut-Karottensalat)** E,M,3 | **Karottensuppe** M<br>**Roggenbrötchen** G,W,R,Ge | **Rote-Bete-Sticks (paniert)** G,W,M<br>**Joghurtremoulade** E,M,5<br>**Dampfkartoffeln**<br>**Blattsalatmischung**<br>**French Dressing** E,M,Sf | **Vollkornspaghetti (BIO)** G,W<br>**Basilikum-Pesto** M,Schf,H1<br>**Reibekäse** M<br>**Karotten-Apfel-Salat** | **veg. Steak (auf Milchbasis)** G,W,H,E,M,4<br>**Maissoße** M<br>**Parboiled Reis Bio**<br>**Baby-Möhren** |
| | kJ: 1291 kcal: 308,7 | kJ: 1194 kcal: 285,4 | kJ: 1611 kcal: 385,0 | kJ: 2645 kcal: 632,2 | kJ: 1612 kcal: 385,2 |
| **Dessert** | **Erdbeerjoghurt** M | **Bioobst (voraussichtlich** | **Milchreisdessert** M | **Obst (voraussichtlich Clementinen)** | **Apfel-Zimtquark** M,3 |
| | kJ: 284 kcal: 68,0 | kJ: 348 kcal: 83,2 | kJ: 358 kcal: 85,6 | kJ: 209 kcal: 50,0 | kJ: 287 kcal: 68,7 |

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

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 | 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!**

Bio-Kontrollstelle DE-ÖKO-006

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

Änderungen vorbehalten