# Speiseplan

Grundschulen Mömbris

KW 48 | 23.11. bis 27.11.2026

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|---|---|---|---|---|
| **Menü 1**<br>DGE-Linie | **Tomaten-Kichererbsensuppe (püriert)** G,W<br>**Weizenbrötchen** G,W | **Hähnchen-Nuggets (paniert)** G,W<br>**Salzkartoffeln**<br>**Erbsen a la Creme** G,W,M | **Lachs - Tomatenrahmsoße** F,M,Sr<br>**Vollkorn-Penne (BIO)** G,W<br>**Blattsalatmischung Kräutervinaigrette** Sf,Sw,8 | **Veggie-Gulasch (mit veg. Würfelchen auf Ackerbohnenbasis)** Sr<br>**Semmelknödel** G,W,E,M<br>**Kaisergemüse (Brokkoli, Karotte, Blumenkohl)** | **Blumenkohl-Kartoffel-Gratin** M,Sr,Sw<br>**Rohkost (Karotte/Paprika)** |
| | kJ: 1274 kcal: 304,4 | kJ: 1406 kcal: 336,1 | kJ: 2049 kcal: 489,8 | kJ: 860 kcal: 205,7 | kJ: 1155 kcal: 276,1 |
| **Menü 2**<br>vegetarisch | **Gabelspaghetti (BIO)** G,W<br>**Mexikanische Soße (Mais/Bohnen/Paprika)** M,Sr<br>**Gurkensalat mit Joghurt** M | **Gemüse-Nuggets (Mais, Karotte, Pastinake; paniert)** G,W,M<br>**Salzkartoffeln**<br>**Erbsen a la Creme** G,W,M | **Karotten-Frischkäsesoße** G,W,M<br>**Vollkorn-Penne (BIO)** G,W<br>**Blattsalatmischung Kräutervinaigrette** Sf,Sw,8 | **Ofengemüse (Paprika, Zucchini, Champignons)**<br>**Schnittlauchdip** M<br>**Dampfkartoffeln** | **Milchreis** M<br>**Apfelmus**<br>**Zimtzucker** 3<br>**Rohkost (Karotte/Paprika)** |
| | kJ: 1738 kcal: 415,3 | kJ: 1781 kcal: 425,6 | kJ: 1983 kcal: 473,9 | kJ: 948 kcal: 226,6 | kJ: 1773 kcal: 423,8 |
| **Dessert** | **Obstkorb (Bio)** | **Pfirsichjoghurt** M | **Obst (voraussichtlich Bananen)** | **Grießpudding** G,W,M | **Bioobst (voraussichtlich** |
| | kJ: 430 kcal: 102,7 | kJ: 277 kcal: 66,1 | kJ: 715 kcal: 171,0 | kJ: 348 kcal: 83,3 | kJ: 348 kcal: 83,2 |

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