

Speiseplan für Kitas

vom 07.09.2026 bis zum 11.09.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Muschelnudelsuppe 01, 011, 03, 09 kcal 20 F 0,11 E 0,77 KH 3,66				
Menü 1	Kaiserschmarrn dazu Apfelmus Z2, 01, 03, 07 kcal 137 F 4.91 E 4.05 KH 18.67	Putengulasch dazu Lollo Rosso Salat und Maccaroni Chips  01, 011 kcal 87 F 1.67 E 4.56 KH 3.41	Hähnchenbrustfilet an Rahmsoße dazu Balkangemüse und Reis  Z4, 01, 011, 07, 08, 09, 10 kcal 108 F 2.14 E 6.53 KH 15	Fischfilet "Müllerin" an Kräutersoße dazu Karottenwürfel und Kartoffelpüree  Z24, 01, 011, 04, 07 kcal 105 F 1.38 E 4.17 KH 6.23	Gefüllte Ravioli mit Sahnesoße dazu Rohkostgemüse Z5, 01, 011, 03, 07 kcal 170 F 8.03 E 5.69 KH 18.35
Menü 2	Kaiserschmarrn dazu Apfelmus Z2, 01, 03, 07 kcal 137 F 4.91 E 4.05 KH 18.67	Ratatouille dazu Lollo Rosso Salat und Maccaroni Chips Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 86 F 1.48 E 1.08 KH 5.03	Veg. Bratling an Rahmsoße dazu Blattsalat und Reis Z2, 01, 011, 03, 07, 09, 12 kcal 144 F 5.44 E 2.92 KH 21.5	Gemüsefrikadelle an Kräuterrahmsoße dazu Karottenwürfeln und Kartoffelpüree Z24, 01, 011, 07, 09 kcal 98 F 1.87 E 1.56 KH 7.64	Gefüllte Ravioli mit Sahnesoße dazu Rohkostgemüse Z5, 01, 011, 03, 07 kcal 170 F 7.91 E 5.56 KH 17.91
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Karamellpudding 07 kcal 107 F 3,5 E 2,9 KH 16

Die Legende der Allergene/Zusatzstoffe ist in den Einrichtungen hinterlegt und auf unserer Homepage abrufbar: www.hauswaldeck-griesheim.de/download/Uebersicht_Allergene_Zusatzstoffe.pdf
Nährwertangaben je 100 g: kcal (Kilokalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate