

Speiseplan für Kitas

vom 14.09.2026 bis zum 18.09.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Bunter Gemüseeintopf mit Puten-Wienerle und Vollkornbrötchen  Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 88 F 0.63 E 1.48 KH 7.8	Fischfrikadelle an pikanter Soße dazu Ofenkartoffeln und Markerbsen  Z8, 01, 011, 03, 04, 07, 10, 12 Kcal110 F 1.64 E 5.89 KH 9.93	Hackbällchen "Toscana" mit Gurkensalat und Spätzle  Z2, Z3, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 163F 7.41 E 9.81 KH 27.89	Rindergeschnetzeltes dazu Leipziger Allerlei und Reis  Z4, 01, 011, 07, 09 kcal 98 F 1.6 E 1.95 KH 13.39	Farfalle Triolor mit Tomaten-Sahne-Soße dazu bunter Blattsalat Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 154 F 2.91 E 4.58 KH 26.54
Menü 2	Bunter Gemüseeintopf mit Veggie-Wurst ein Vollkornbrötchen Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 85 F 4.05 E 3.54 KH 7.83	Sesam-Karotten-Sticks an pikanter Soße dazu Ofenkartoffeln und Markerbsen Z8, 01, 011, 03, 07, 08, 081, 082, 083, 09, 10, 11, 12 kcal 105 F 3.52 E 2.58 KH 12.74	Gemüsebällchen "Toscana" dazu Gurkensalat und Spätzle Z2, Z3, Z24, 01, 011, 013, 03, 06, 07, 12, 16 kcal 157 F 3.17 E 8.39 KH 20.3	Gemüseragout dazu Reis und gemischter Salat 01, 011 kcal 89 F 1.37 E 1.62 KH 14.22	Farfalle Triolor mit Tomaten-Sahne-Soße dazu bunter Blattsalat Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 154 F 2.37 E 1.29 KH 7.9
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4				Bananenquark 06, 07 kcal 95 F 1,5 E 7,22 KH 12,56

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