

Speiseplan für Kitas

vom 02.11.2026 bis zum 06.11.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Tomatensuppe kcal 18 F 0,89 E 0,37 KH 2,18,01,011				
Menü 1	Pancakes dazu Vanillesoße 01, 03, 07 kcal 203 F 6.7 E 6.23 KH 28.68	Putengulasch dazu Maccaroni Chips und Lollo Rosso Salat  Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 87 F 1.86 E 4.82 KH 4.44	Fischfilet an pikanter Soße mit Pariser Karotten und Reis  01, 011, 04, 10 kcal 117 F 2.77 E 3.81 KH 18.5	Bratwurst dazu Rahmspinat und Dampfkartoffeln  Z2, Z8, Z11, Z24, 01, 011, 12 kcal 92 F 4.47 E 5.23 KH 7.29	Gefüllte Ravioli mit Sahnesoße dazu Bauernsalat 01, 011, 03, 07 kcal 175 F 8.89 E 6.11 KH 18.41
Menü 2	Pancakes dazu Vanillesoße 01, 03, 07 kcal 203 F 6,7 E 6,23 KH 28,68	Ratatouille dazu Maccaroni Chips und Lollo Rosso Salat Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 89 F 1.48 E 1.08 KH 5.03	Veget. Schnitzel an pikanter Soße mit Pariser Karotten und Reis kcal 132 F 3.65 E 4.39 KH 19.84	Veget. Bratwurst dazu Rahmspinat und Dampfkartoffeln Z8, Z24, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 124 F 7,23 E 4,75 KH 9,15	Gefüllte Ravioli mit Sahnesoße dazu Bauernsalat 01, 011, 03, 07 kcal 175 F 8.8 E 5.99 KH 17.97
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Vanillepudding kcal 75 F 1,39 E 3,13 KH 12,38, 07

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