

Speiseplan für Kitas

vom 09.11.2026 bis zum 13.11.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Minestrone mit Kartoffeln dazu Puten-Wienerle und ein Vollkornbrötchen  Z1, Z2, Z8, Z11, Z14, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 92 F 4,06 E 3,14 KH 8,76	Köttbullar an Rahmsoße dazu Spätzle und Gurkensalat  Z2, Z3, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 220 F 7,41 E 9,81 KH 27,89	Hähnchencurry mit Reis und Pfannengemüse  01, 011 kcal 124 F 4,19 E 8,22 KH 12,87	Fischfrikadelle an Kräutersoße dazu Maisgemüse und Kartoffelpüree  Z24, 01, 011, 03, 04, 07, 10 kcal 110 F 2,51 E 4,98 KH 6,28	Penne Nudeln mit Tomatensoße und Rohkostgemüse Z5, 01, 011, 03, 06 kcal 74 F 0,62 E 1,51 KH 6,61
Menü 2	Minestrone mit Kartoffeln dazu Veggie-Würstchen und ein Vollkornbrötchen Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 10, 11, 12 kcal 89 F 3,38 E 3,79 KH 10,18	Gemüsebällchen an Rahmsoße dazu Spätzle und Gurkensalat Z2, Z3, Z24, 01, 011, 013, 03, 06, 07, kcal 162 F 4,84 E 8,49 KH 20,17,12,16	Gemüsecurry mit Reis und Lollo Rosso Salat Z2, 01, 011, 07, 12 Kcal 74 F 2,05 E 1,03 KH 7,46	Veg. Bratling an Rahmsoße dazu Maisgemüse und Kartoffelpüree Z24, 01, 011, 03, 07, 09 kcal 91 F 3,09 E 1,96 KH 9,63	Penne Nudeln mit Tomatensoße und Rohkostgemüse Z5, 01, 011, 03, 06 kcal 74 F 0,62 E 1,51 KH 6,61
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4				Bananenquark Z2, Z4, 06, 07 kcal 92 F 1,87 E 8,61 KH 9,86

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