

Speiseplan für Kitas

vom 16.11.2026 bis zum 20.11.2026

	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	Fischfiguren an pikanter Soße dazu Karottenwürfel und Reis  01, 04 kcal 122 F 2,74 E 4,19 KH 19,21	Bifteki mit Tzatziki mit Bratkartoffeln und Bauernsalat  Z1, Z2, Z14, Z24, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 140 F 9,13 E 4,96 KH 8,63	Hühnerfrikassee dazu Markerbsen und Reis  01, 011 kcal 106 F 1,28 E 8,86 KH 14,02	Tagliatelle mit Käse-Sahne-Soße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 169 F 6,14 E 5,25 KH 22,73
Menü 2	Kaiserschmarrn dazu Apfelmus Z2, 01, 03, 07 kcal 137 F 4,91 E 4,05 KH 18,67	Soja-Nuggets an pikanter Soße dazu Karottenwürfel und Reis 01, 011, 06 kcal 131 F 3,72 E 4,7 KH 18,76	Gemüse-Bagel mit Tzatziki dazu Bratkartoffeln und Bauernsalat Z1, Z2, Z14, Z24, 07, 12 kcal 152 F 8,58 E 4,63 KH 13,1	Gemüseragout dazu Reis und gemischter Salat 01, 011 kcal 78 F 1,37 E 1,62 KH 14,22	Tagliatelle mit Käse-Sahne-Soße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 169 F 6,14 E 5,25 KH 22,73
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Sahnepudding 07 kcal 74 F 1,39 E 3,14 KH 12,14

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