

Speiseplan für Kitas

vom 23.11.2026 bis zum 27.11.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Tomatisierter Möhreintopf mit Putenklößchen und einem Vollkornbrötchen  Z1, Z2, Z8, Z11, Z14, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 73 F 1,45 E 4,1 KH 9,84	Cordon Bleu an dunkler Soße mit Regenbogenkarotten und Ofenkartoffeln  Z1, Z4, Z8, Z14, 01, 011, 07, 12 kcal 191 F 14,31 E 4,39 KH 10,51	Rindergulasch dazu Reis und Lollo Rosso Salat  Z2, 01, 011, 07, 09, 12 kcal 77 F 2.35 E 1.56 KH 12.1	Fischfilet "Müllerin" an pikanter Soße dazu Kohlrabigemüse und Kartoffelpüree  Z24, 01, 011, 04, 07 kcal 58 F 2.19 E 3.75 KH 5.68	Maccaroni Chips mit Kräuterrahmsoße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 69 F 4.22 E 1.31 KH 6.21
Menü 2	Tomatisierter Möhreintopf mit Veggie-Klößchen und einem Vollkornbrötchen Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, kcal 96 F 3,83 E 3,57 KH 10,84,09, 11, 12	Veg. Schnitzel an dunkler Soße dazu Regenbogenkarotten und Ofenkartoffeln Z4, Z8, 06, 07, 12 kcal 245 F 20,53 E 3,2 KH 11,36	Ratatouille dazu Reis und Lollo Rosso Salat Z2, 07, 12 kcal 76 F 1.67 E 1.66 KH 12.87	Veg. Bratling an pikanter Soße dazu Kohlrabigemüse und Kartoffelpüree Z24, 01, 011, 03, 07, 09 kcal 59 F 2.75 E 1.63 KH 7.57	Maccaroni Chips mit Kräuterrahmsoße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 06, 12 kcal 47 F 1.67 E 0.95 KH 6.82
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4				Vanillequark 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