

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 09.03.2026 bis zum 13.03.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Kürbiscremesuppe Z8, 01, 011, 12 kcal 51 F 1,68 E 1,14 KH 7,4				
Menü 1	Schupfnudeln dazu Apfelmus Z2, 01, 011, 03 kcal 102 F 0.74 E 2.91 KH 20.97	Hühnerfrikassee dazu Markerbsen und Reis  01, 011 kcal 106 F 1.28 E 8.86 KH 14.02	Köttbullar mit Rahmsoße dazu Spätzle und bunter Salat  Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 122 F 6.86 E 6.82 KH 20.8	Fisch-Nuggets an Currysoße mit Regenbogenkarotten und Ofenkartoffeln  Z4, Z8, 01, 011, 02, 04, 07, 10, 12 kcal 113 F 14.41 E 3.35 KH 12.79	Tagliatelle mit Käse-Sahne-Soße dazu Gemüserohkost 01, 011, 03, 07 kcal 156 F 5 E 5.64 KH 25.03
Menü 2	Schupfnudeln dazu Apfelmus Z2, 01, 011, 03 kcal 102 F 0,74 E 2,91 KH 20,97	Gemüseragout dazu Reis und gemischter Salat Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 90 F 2.84 E 1.72 KH 13.84	Gemüsebällchen an Rahmsoße dazu Spätzle und bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 129 F 4.45 E 7.94 KH 22.77	Soja-Nuggets an Currysoße mit Regenbogenkarotten und Ofenkartoffeln Z8, 01, 011, 06, 12 kcal 121 F 5.93 E 3.83 KH 12.26	Tagliatelle mit Käse-Sahne-Soße dazu Gemüserohkost 01, 011, 03, 07 kcal 156 F 5 E 5.64 KH 25.03
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Himbeerquark 06, 07 kcal 95 F 4,65 E 7,89 KH 4,95

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