

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 23.03.2026 bis zum 27.03.2026

	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 mit Vanillesoße 01, 03, 07 kcal 182 F 6,21 E 5,93 KH 24,99	Fischfiguren an Kräuterrahmsoße dazu Pfannengemüse und Reis  01, 011, 04 kcal 119 F 6,12 E 4,33 KH 11,01	Cevapcici mit Tzatziki dazu Bratkartoffeln und Bauernsalat  Z1, Z14, Z24, 01, 011, 07, 09 kcal 141 F 9,2 E 5,45 KH 8,17	Zürcher Geschnetzeltes mit Fingermöhrrchen und Maccaroni  Z2, 01, 011, 09 kcal 128 F 0,74 E 3,94 KH 5,18	Penne Nudeln dazu pikante Soße und Gemüserohkost 01, 011, 03, 06 kcal 98 F 0,15 E 0,92 KH 5,03
Menü 2	Kaiserschmarrn mit Vanillesoße 01, 03, 07 kcal 182 F 6,21 E 5,93 KH 24,99	Falafelbällchen an Kräuterrahmsoße dazu Pfannengemüse und Reis 01, 011 kcal 137 F 5,35 E 3,43 KH 18,26	Zucchini-Puffer dazu Bratkartoffeln und Bauernsalat Z1, Z14, Z24, 03, 07 kcal 109 F 4,99 E 3,03 KH 11,65	Pilzragout mit Fingermöhrrchen und Maccaroni Z2, 01, 011, 03, 06 kcal 143 F 1,04 E 4,85 KH 26,25	Penne Nudeln dazu pikante Soße und Gemüserohkost 01, 011, 03, 06 kcal 98 F 0,17 E 1,02 KH 5,21
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Fruchtquarkspeise 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