

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 13.07.2026 bis zum 17.07.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Geflügel Wienerle dazu Ofenkartoffeln und ein Kräuterdip  Z1, Z2, Z5A, Z8, Z11, Z14, Z24, 06, 07, 10, 12 kcal 143 F 9,28 E 5,23 KH 9,15	Putengulasch dazu Maccaroni Cips und Lollo Rosso Salat  01, 011, 07 kcal 87 F 2,15 E 4,68 KH 4,32	Fischfrikadelle an Rahmsoße Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree  Z4, Z24, 01, 011, 03, 04, 07, 10 Kcal115 9 F 0,89 E 4,99 KH 4,96	Bratwurst Melonensalat mit Feta und Vollkornbrötchen  Z2, Z11, Z14, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 11 kcal 116 F 8,08 E 9,81 KH 43,49	Gabelspaghetti dazu Sahnese und Gemüserohkost Z5, 01, 011 kcal 141 F 2,87 E 0,95 KH 2,75
Menü 2	Veggie Würstchen dazu Ofenkartoffeln und ein Kräuter Dip Z5A, Z8, 01, 011, 03, 06, 07, 10, 12 kcal 120 F 6,04 E 4,87 KH 10,94	Gemüseragout Maccaroni Chips und Lollo Rosso Salat Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 89 F 1,37 E 2,78 KH 15,57	Gemüsedino an Rahmsoße dazu Eisbergsalat und Kartoffelpüree Z2, Z24, 01, 011, 07, 12 kcal 91 F 2,94 E 0,91 KH 2,77	Quornbratwurst Melonensalat mit Feta und Vollkornbrötchen Z2, Z11, Z14, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 11 kcal 146 F 8,08 E 9,81 KH 43,49	Gabelspaghetti dazu Sahnese und Gemüserohkost Z5, 01, 011 Kcal141 F 2,87 E 0,95 KH 2,75
Dessert	Obstsalat kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4				Vanillequark 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