

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 20.07.2026 bis zum 24.07.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Kürbiscremesuppe Z8, 01, 011, 12 kcal 51 F 1,68 E 1,14 KH 7,4				
Menü 1	Kaiserschmarrn dazu Apfelmus Z, 01, 03, 07 kcal 137 F 4,91 E 4,05 KH 18,67	Würstchengulasch mit Spiralnudeln dazu Gurkensalat  Z2, Z3, Z11, Z24,01, 011, 03, 06, 7, 12 kcal 162 F 5,15 E 6,21 KH 22,37	Hamburger mit Käse Kartoffel Wedges Ketchup oder Mayo  Z5, Z5A, 01, 011, 03, 07, 10 kcal 167 F 10,87 E 7,04 KH 9,32	Fischfilet "Müllerin" an pikanter Soße dazu Maisgemüse und Reis  01, 011, 04, 07 kcal 115 F 2,56 E 5,91 KH 16,5	Farfalle Nudeln Tomaten-Sahne-Soße dazu Rohkost Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 157 F 2,27 E 1,28 KH 7,52
Menü 2	Kaiserschmarrn dazu Apfelmus Z2, 01, 03, 07 kcal 137 F 4,91 E 4,05 KH 18,67	veget. Würstchengulasch mit Spiralnudeln und Gurkensalat Z2, Z3, Z24, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 174 F 6,69 E 6,67 KH 20,93	Veggie Burger mit Käse Kartoffel Wedges Ketchup oder Mayo Z5, Z5A, 01, 011, 03, 07, 09 kcal 149 F 8,1 E 3,92 KH 15,09	Broccoli-Ecke an pikanter Soße dazu Lollo Rosso Salat und Reis Z2, 01, 011, 014, 07, 12 kcal 103 F 2,53 E 2,79 KH 16,33	Farfalle Nudeln Tomaten-Sahne-Soße dazu Rohkost Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 157 F 2,27 E 1,28 KH 7,52
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Karamellpudding 07 kcal 107 F 3,5 E 2,9 KH 16

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