

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 27.07.2028 bis zum 31.07.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Muschelnudelsuppe 01, 011, 03, 09 kcal 20 F 0,11 E 0,77 KH 3,66				
Menü 1	Milchreis dazu Apfelkompott Z2, 01, 07 kcal 90 F 0,89 E 2,4 KH 18,14	Hot Dog Gemüserohkost  Z1, Z2, Z5, Z5A, Z11, Z14, 01, 011, 03, 10, 11 kcal 241 F 14,64 E 7,67 KH 18,01	Lasagne „Haus Waldeck“ mit Hackfleischsoße dazu grüner Salat  1, 011, 06, 07, 10 kcal 161 F 10,48 E 7,24 KH 8,76	Fisch Nuggets an Currysoße Karottenscheiben und Kartoffelpüree  Z8, 01, 011, 02, 04, 07, 10, 12 kcal 196 F 14,41 E 3,35 KH 12,79	Ravioli Formaggi mit Käse-Sahne-Soße dazu bunter Salat 5, 01, 011, 03, 07 kcal 164 F 8,31 E 5,68 KH 16,71
Menü 2	Milchreis dazu Apfelkompott Z2, 01, 07 kcal 90 F 0,89 E 2,4 KH 18,14	Hot Dog veget. Gemüserohkost Z1, Z2, Z5, Z5A, Z24, 01, 011, 03, 10, kcal 193 F 11,13 E 6,6 KH 15,06	Lasagne mit Gemüsefüllung dazu grüner Salat Z2, 01, 011, 06, 07, 09, 10, 12 kcal 132 F 8,14 E 4,83 KH 9,06	Soja Nuggets an Currysoße dazu Karottenscheiben und Kartoffelpüree Z24, 01, 011, 06, 07 kcal 86 F 4,22 E 3,26 KH 8,16	Ravioli Formaggi mit Käse-Sahne-Soße dazu bunter Salat Z5, 01, 011, 03, 07 kcal 164 F 8,31 E 5,68 KH 16,71
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Bananenquark 06, 07 kcal 95 F 1,5 E 7,22 KH 12,56

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