

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 03.08.2026 bis zum 07.08.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Möhreneintopf mit Putenklößchen und Vollkornbrötchen  Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 015, 03, 06, 07, 09, 10, 11, 12 kcal 78 F 2,01 E 3,16 KH 10,78	Geschnetzeltes vom Rind mit Spätzle und Gurkensalat  Z2, Z3, 01, 011, 03, 07, 09, 12 kcal 91 F 1,55 E 2,95 KH 15,71	Hähnchencurry dazu Pfannengemüse und Reis  01, 011 kcal 124 F 4,19 E 8,22 KH 12,87	Fischfiguren an Kräuterrahmsoße Regenbogen-Karotten und Ofenkartoffeln  4, Z8, 01, 011, 04, 07, 12 kcal 193 F 13,82 E 3,64 KH 12,81	Penne Nudeln mit Tomaten-Sahne-Soße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 152 F 2,39 E 1,19 KH 6,17
Menü 2	Möhreneintopf mit Veggie Klößchen und Vollkornbrötchen Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 96 F 3,83 E 3,57 KH 10,84	Pilzragout dazu Spätzle und Gurkensalat Z2, Z3, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 108 F 3,66 E 4,4 KH 21,36	Gemüsecurry mit Reis und grünem Salat Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 54 F 1,89 E 1,09 KH 7,58	Farfalle-Klößchen an Kräuterrahmsoße Regenbogen-Karotten und Ofenkartoffeln Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 111 F 2,82 E 3,64 KH 15,81	Penne Nudeln mit Tomaten-Sahne-Soße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 152 F 2,39 E 1,19 KH 6,17
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