

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 03.11.2025 bis zum 07.11.2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Muschelnudelsuppe 01, 011, 03, 09 kcal 20 F 0,11 E 0,77 KH 3,66				
Menü 1	Eierpfannkuchen mit heißen Kirschen 01, 03, 07 kcal 135 F 2,44 E 4,06 KH 23,44	Würstchengulasch mit Maccaroni Chips dazu buntes Gemüse  Z11, Z24, 01, 011, 07 kcal 174 F 4.43 E 3.47 KH 6.17	Cevapcici mit Tzatziki dazu Bratkartoffeln und Gemüserohkost  Z1, Z14, Z24, 01, 011, 07, 09 kcal 141 F 9.2 E 5.45 KH 8.17	Fischfiguren an Kräuterrahmsoße dazu Maisgemüse und Reis  01, 011, 04, 07 kcal 129 F 6.29 E 4.56 KH 12.99	Tagliatelle Tomaten-Sahne-Soße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 149 F 3.18 E 4.97 KH 24.5
Menü 2	Eierpfannkuchen mit heißen Kirschen 01, 03, 07 kcal 135 F 2,44 E 4,06 KH 23,44	Würstchengulasch veget. mit Maccaroni Chips dazu buntes Gemüse Z24, 01, 011, 03, 07 kcal 169 F 4.72 E 3.55 KH 7.31	Bratling mit Tzatziki dazu Bratkartoffeln und Gemüserohkost Z1, Z14, Z24, 01, 011, 07, 09 kcal 114 F 5.56 E 2.53 KH 12.79	Broccoliecke an Kräuterrahmsoße dazu Maisgemüse und Reis 01, 011, 014, 07 kcal 168 F 3.31 E 3.94 KH 29.78	Tagliatelle Tomaten-Sahne-Soße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 149 F 3.18 E 4.97 KH 24.5
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Himbeerquark 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