

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 10.11.2025 bis zum 14.11.2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Deftiger Kartoffeleintopf Puten Wienerle und Vollkornbrötchen  Z1, Z2, Z8, Z11, Z14, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 10, 11, 12 kcal 89 F 2,24 E 2,16 KH 7,22	Fischfilet an pikanter Soße dazu Fingermöhrchen und Kartoffelpüree  Z24, 01, 011, 04, 07, 10 kcal 92 F 2.04 E 2.47 KH 6.67	Hackbällchen "Toscana" dazu Gurkensalat und Spätzle  Z2, Z3, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 167 F 5.44 E 7.22 KH 21.78	Hühnerfrikassee dazu Markerbsen und Reis  Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 105 F 1,27 E 8,8 KH 13,91	Tortellini mit Käse an Käse-Sahne-Soße dazu Gemüserohkost Z5, Z24, 01, 011, 03, 07, 09 kcal 145 F 5.64 E 5.37 KH 18.21
Menü 2	Deftiger Kartoffeleintopf Veggie Würstchen und Vollkornbrötchen Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 10, 11, 12 kcal 98F 1,75 E 2,51 KH 7,98	Gemüsefrikadelle an pikanter Soße dazu Fingermöhrchen und Kartoffelpüree Z24, 01, 03, 07, 09 kcal 88 F 1.8 E 1.53 KH 7.67	Gemüsebällchen „Toscana“ dazu Gurkensalat und Spätzle Z2, Z3, 01, 011, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 150 F 2.91 E 7.33 KH 22.68	Gemüseragout dazu Reis und gemischter Salat Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 90 F 2.84 E 1.72 KH 13.84	Tortellini mit Käse an Käse-Sahne-Soße und Gemüserohkost Z24, 01, 011, 03, 07 kcal 145 F 5.64 E 5.37 KH 18.21
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4				Vanillepudding 07 kcal 75 F 1,39 E 3,13 KH 12,38

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