

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 24.11.2025 bis zum 28.11.2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Bunter Gemüseeintopf mit Putenklößchen und Vollkornbrötchen  Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 73 F 0.63 E 1.48 KH 7.8	Rindergulasch dazu Spiralnudeln und bunter Salat  Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 93 F 1.6 E 2.43 KH 14.06	Fischfilet "Müllerin" an Kräuterrahmsoße mit Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree  Z24, 01, 011, 04, 07 kcal 89 F 3.16 E 4.02 KH 5.93	Hähnchencurry dazu Karottenscheiben und Reis  Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 138 F 3.45 E 7.9 KH 13.42	Gabelspaghetti mit Tomatensoße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 130 F 2.25 E 1.36 KH 7.35
Menü 2	Bunter Gemüseeintopf mit Veggie-Klößchen und Vollkornbrötchen Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 84 F 4.05 E 3.54 KH 7.83	Ratatouille dazu Spiralnudeln und bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 103 F 2.34 E 3.99 KH 23.22	Zucchini-puffer an Kräuterrahmsoße mit Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree Z1, Z24, 01, 011, 07, 09 kcal 85 F 4.58 E 1.95 KH 7.21	Gemüsecurry dazu grüner Salat und Reis Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 101 F 4.02 E 1.8 KH 13.69	Gabelspaghetti mit Tomatensoße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 130 F 2.25 E 1.36 KH 7.35
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