

# Speiseplan für Kitas und BGS

vom 08.12.2025 bis zum 12.12.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	<b>Tomatisierter Möhreneintopf</b> mit Puten Wienerle und Vollkornbrötchen  Z1, Z2, Z8, Z11, Z14, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 73 F 1.45 E 4.1 KH 9.84	<b>Bratwurst</b> dazu Rahmspinat und Dampfkartoffeln  Z2, Z8, Z11, Z24, 01, 011, 07, 12 kcal 93 F 4.68 E 4.95 KH 7.42	<b>Rindergeschnetzeltes</b> dazu Reis und bunter Blattsalat  Z2, 01, 011, 07, 09, 12 kcal 99 F 2.27 E 0.43 KH 1.52	<b>Fischstäbchen</b> an Tomatensoße dazu Pariser Karotten und Kartoffelpüree  Z24, 01, 011, 04, 07 kcal 97 F 2.15 E 3.36 KH 6.7	<b>Ravioli Formaggi</b> mit Sahnesoße dazu bunter Salat  Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 158 F 8.5 E 4.64 KH 15.63
Menü 2	<b>Tomatisierter Möhreneintopf</b> mit Veggie Würstchen 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	<b>veget. Bratwurst</b> dazu Rahmspinat und Dampfkartoffeln  Z8, Z24, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 128 F 7.6 E 5 KH 9.12	<b>Ratatouille</b> dazu Reis und bunter Blattsalat  Z2, 07, 12 kcal 98 F 1.64 E 1.5 KH 11.19	<b>Gemüsekroketten</b> an Tomatensoße dazu Eisbergsalat und Kartoffelpüree  Z2, Z24, 01, 06, 07, 09, 12 kcal 86 F 1.19 E 1.62 KH 6.98	<b>Ravioli Formaggi</b> mit Sahnesoße dazu bunter Salat  Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 158 F 8.5 E 4.64 KH 15.63
Dessert		<b>Frisches Obst</b>  kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			<b>Sahnepudding</b> 07  kcal 74 F 1,39 E 3,14 KH 12,14

Die Legende der Allergene/Zusatzstoffe ist in den Einrichtungen hinterlegt und auf unserer Homepage abrufbar: [www.hauswaldeck-griesheim.de/download/Uebersicht\\_Allergene\\_Zusatzstoffe.pdf](http://www.hauswaldeck-griesheim.de/download/Uebersicht_Allergene_Zusatzstoffe.pdf)

Nährwertangaben je 100 g: kcal (Kilokalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate