

Name: \_\_\_\_\_

Tag	Menü 1	Menü 2
<b>Montag, 22.11.2021</b>	Hackbraten <sup>M,100</sup> Petersilienkartoffel <sup>G</sup> Blumenkohl <sup>G</sup> Aprikosenkompott  <small>529 kcal, 25 g Eiweiß, 23 g Fett, 53 g KH</small>	pikantes Kürbis-Paprikragout_ <sup>1,A,G</sup> Duftreis <sup>G</sup> Eisbergsalat in Joghurtdressing <sup>2,G,O</sup> Aprikosenkompott  <small>357 kcal, 6 g Eiweiß, 10 g Fett, 58 g KH</small>
<b>Dienstag, 23.11.2021</b>	Maccaroniaufauf mit Champignons und Früh- lingszwiebeln <sup>A,C,G</sup> Tomatensoße <sup>A</sup> gemischter Salat Grieß Sahne Pudding <sup>A,G</sup>  <small>2040 kcal, 59 g Eiweiß, 99 g Fett, 223 g KH</small>	Süßkartoffeltasche mit Frischkäse und Kräu- tern gefüllt <sup>A,G</sup> Schnittlauchsoße <sup>A,G</sup> Tomatensalat Grieß Sahne Pudding <sup>A,G</sup>  <small>1705 kcal, 39 g Eiweiß, 76 g Fett, 209 g KH</small>
<b>Mittwoch, 24.11.2021</b>	geschmorte Ochsenbäckchen <sup>A,O</sup> Gemüse-Risotto <sup>60,G,L</sup> Holundergelee Vanillesoße <sup>G</sup>  <small>367 kcal, 14 g Eiweiß, 6 g Fett, 63 g KH</small>	Kirschen-Michel <sup>A,C,G,HA</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Holundergelee Vanillesoße <sup>G</sup>  <small>809 kcal, 22 g Eiweiß, 34 g Fett, 102 g KH</small>
<b>Donnerstag, 25.11.2021</b>	Geflügel Cordon Bleu <sup>A1,1,A,G</sup> braune Geflügelsoße <sup>A</sup> Schwenkkartoffel <sup>G</sup> Schnippelbohnen_ <sup>G</sup> Waldbeerjoghurt <sup>G</sup>  <small>570 kcal, 30 g Eiweiß, 19 g Fett, 65 g KH</small>	Omelette <sup>C,G</sup> Kräuterschaum <sup>A,G</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> gemischter Salat Waldbeerjoghurt <sup>G</sup>  <small>596 kcal, 23 g Eiweiß, 31 g Fett, 52 g KH</small>
<b>Freitag, 26.11.2021</b>	Seelachsfilet "Müllerin" <sup>A1,A,D,G</sup> Salzkartoffel Rahmspinat <sup>A,G</sup> Obst der Saison  <small>499 kcal, 25 g Eiweiß, 10 g Fett, 73 g KH</small>	Ofengemüse mit Süßkartoffel -Würfel <sup>L</sup> Feta <sup>G</sup> Sauerrahm <sup>G</sup> gemischter Salat Obst der Saison  <small>3180 kcal, 172 g Eiweiß, 248 g Fett, 60 g KH</small>
<b>Samstag, 27.11.2021</b>	Gemüse Eintopf mit Fleischklößchen <sup>A1,60,A,C,L</sup> Kaiserbrötchen <sup>A,F</sup> Fruchtbuttermilch <sup>G</sup>  <small>522 kcal, 19 g Eiweiß, 14 g Fett, 79 g KH</small>	Kartoffeleintopf <sup>60,G,L</sup> Kaiserbrötchen <sup>A,F</sup> Fruchtbuttermilch <sup>G</sup>  <small>460 kcal, 12 g Eiweiß, 11 g Fett, 75 g KH</small>
<b>Sonntag, 28.11.2021</b>	Schweinekrustenbraten <sup>1,2</sup> Biersoße <sup>A,AC</sup> Kartoffelkroketten <sup>G</sup> Blumenkohl <sup>G</sup> Eis-Zimtstern <sup>F,G</sup>  <small>701 kcal, 30 g Eiweiß, 30 g Fett, 73 g KH</small>	Ravioli mit Steinpilz-Frischkäse Füllung <sup>A,C,G</sup> Gemüesoße <sup>60,A,G,L</sup> Kopfsalat Eis-Zimtstern <sup>F,G</sup>  <small>457 kcal, 11 g Eiweiß, 22 g Fett, 52 g KH</small>

Zusatzstoffe: (A1) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel  
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AC) Gerste und Gersteerzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (HA) Mandeln und Mandelerzeugnisse; (L) Sellerie und -erzeugnisse; (M) Senf und -erzeugnisse; (O) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO<sub>2</sub> angegeben; (100) mit Schweinefleisch

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an das Küchenteam.  
Tel.: 069-40504-127 / -182 E-Mail: kueche.asz@awo-frankfurt.de

**Das Küchenteam wünscht einen guten Appetit.**

Änderungen sind dem Küchenteam jederzeit vorbehalten!