

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

Tag	Menü 1	Menü 2
<b>Montag, 29.11.2021</b>	Kartoffel-Hackfleischauflauf <sup>G</sup> Tomatensoße <sup>A</sup> gemischter Salat Götterspeise Tropic  <small>707 kcal, 34 g Eiweiß, 36 g Fett, 59 g KH</small>	Grünkohl Hanf Burger Salzkartoffel Letschogemüse Götterspeise Tropic  <small>456 kcal, 16 g Eiweiß, 10 g Fett, 74 g KH</small>
<b>Dienstag, 30.11.2021</b>	Rippchen <sup>1,2,G,L</sup> Bratensoße <sup>A</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Sauerkraut Buttermilch Dessert Orange.-Limete <sup>G</sup>  <small>375 kcal, 9 g Eiweiß, 17 g Fett, 43 g KH</small>	Gemüsestrudel <sup>A,C,G,L</sup> Käsesoße <sup>A,G</sup> Eisbergsalat in Joghurtdressing <sup>2,G,O</sup> Buttermilch Dessert Orange.-Limete <sup>G</sup>  <small>471 kcal, 13 g Eiweiß, 24 g Fett, 50 g KH</small>
<b>Mittwoch, 01.12.2021</b>	Putengeschnetzeltes in Champignon Rahm- soße <sup>A,G,O</sup> Butterreis <sup>G</sup> Pariser Karotten <sup>G</sup> Obstsalat  <small>417 kcal, 6 g Eiweiß, 14 g Fett, 64 g KH</small>	Kaiserschmarren <sup>A1,A,C,G,HA</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Pflaumenkompott <sup>2</sup> Obstsalat  <small>683 kcal, 19 g Eiweiß, 19 g Fett, 106 g KH</small>
<b>Donnerstag, 02.12.2021</b>	Schweineschnitzel "Natur" <sup>100</sup> Paprikasoße Blumenkohl <sup>G</sup> Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>  <small>295 kcal, 11 g Eiweiß, 17 g Fett, 22 g KH</small>	Teigtasche gefüllt mit Oliven und Tomaten <sup>A,C,G</sup> Salbeisoße <sup>A</sup> gemischter Salat Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>  <small>488 kcal, 15 g Eiweiß, 18 g Fett, 63 g KH</small>
<b>Freitag, 03.12.2021</b>	gebackenes Seelachsfilet <sup>A1,A,D</sup> Senf-Dillcreme <sup>G,M</sup> Kartoffelecken Kopfsalat Obst der Saison  <small>651 kcal, 18 g Eiweiß, 23 g Fett, 88 g KH</small>	Hefeklöße <sup>A,C,G</sup> Braune-Butter <sup>G</sup> Spiegelei <sup>C</sup> Kopfsalat Obst der Saison  <small>969 kcal, 24 g Eiweiß, 49 g Fett, 105 g KH</small>
<b>Samstag, 04.12.2021</b>	Linseneintopf <sup>60,1,L,100</sup> Wiener Würstchen <sup>60,1</sup> Kaiserbrötchen <sup>A,F</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup>  <small>589 kcal, 26 g Eiweiß, 28 g Fett, 55 g KH</small>	Karotten-Ingwer Eintopf <sup>60,L</sup> Kaiserbrötchen <sup>A,F</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup>  <small>257 kcal, 8 g Eiweiß, 1 g Fett, 51 g KH</small>
<b>Sonntag, 05.12.2021</b>	Wildgulasch <sup>A,O</sup> Spätzle <sup>A1,A,C,G</sup> Rosenkohl <sup>G</sup> Schneemann Eis <sup>F,G</sup>  <small>599 kcal, 16 g Eiweiß, 27 g Fett, 68 g KH</small>	Käsemedallion <sup>A1,60,A,AE,C,F,G,N</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Rahmgemüse <sup>A,G</sup> Schneemann Eis <sup>F,G</sup>  <small>812 kcal, 21 g Eiweiß, 37 g Fett, 94 g KH</small>

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel  
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AE) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (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; (N) Sesamsamen und -erzeugnisse; (O) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 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!