

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

Tag	Menü 1	Menü 2
<b>Montag, 13.12.2021</b>	Bolognese <sup>60,A,L,100</sup> Spaghetti <sup>A,G</sup> gemischter Salat Obstsalat  <small>578 kcal, 20 g Eiweiß, 27 g Fett, 63 g KH</small>	Germknödel mit Pflaumenfüllung <sup>A,C,G</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Obstsalat  <small>495 kcal, 11 g Eiweiß, 7 g Fett, 96 g KH</small>
<b>Dienstag, 14.12.2021</b>	Hähnchenbrustfilet im Knuspermantel <sup>A,AC</sup> Bratkartoffeln Paprikagemüse Fruchtpudding Pfirsich Aprikose <sup>1,G</sup>  <small>1602 kcal, 48 g Eiweiß, 57 g Fett, 221 g KH</small>	Teigtasche gefüllt mit Zucchini und geröstetem Sesam <sup>A,C,G,N</sup> Pesto Alla Genovese <sup>1,G,HD</sup> gemischter Salat Fruchtpudding Pfirsich Aprikose <sup>1,G</sup>  <small>6224 kcal, 78 g Eiweiß, 490 g Fett, 366 g KH</small>
<b>Mittwoch, 15.12.2021</b>	geschnitzelte Leber Berliner <sup>A,O</sup> Butterreis <sup>G</sup> Salat der Saison Schattenmorelle Kompott  <small>414 kcal, 6 g Eiweiß, 17 g Fett, 58 g KH</small>	vegetarisch gefüllte Paprikaschote <sup>A,L,M</sup> Tomatensoße <sup>A</sup> Schattenmorelle Kompott  <small>978 kcal, 49 g Eiweiß, 38 g Fett, 92 g KH</small>
<b>Donnerstag, 16.12.2021</b>	Mettwürstchen <sup>1,2,100</sup> Bratensoße <sup>A</sup> Kartoffelpuree <sup>G</sup> Grünkohl <sup>G</sup> Mango -Joghurt <sup>G</sup>  <small>767 kcal, 29 g Eiweiß, 46 g Fett, 54 g KH</small>	Weizenrisotto <sup>1,A,C,G,L</sup> Käsesoße <sup>A,G</sup> gemischter Salat Mango -Joghurt <sup>G</sup>  <small>584 kcal, 19 g Eiweiß, 27 g Fett, 65 g KH</small>
<b>Freitag, 17.12.2021</b>	gebratene Taunus Forelle <sup>A,D</sup> Rieslingsoße <sup>A,G,O</sup> Salzkartoffel Buntes Gurken-Zuccinigemüse Obst der Saison  <small>543 kcal, 26 g Eiweiß, 15 g Fett, 71 g KH</small>	Soja Geschnitzeltes "Gyros Art" <sup>A,C,F,L</sup> Tzatziki <sup>G</sup> Fladenbrot <sup>A</sup> Krautsalat Obst der Saison  <small>935 kcal, 47 g Eiweiß, 21 g Fett, 136 g KH</small>
<b>Samstag, 18.12.2021</b>	Steckrübeneintopf mit Rindfleisch <sup>L</sup> Kaiserbrötchen <sup>A,F</sup> Bratapfel-Joghurt <sup>G</sup>  <small>313 kcal, 10 g Eiweiß, 4 g Fett, 57 g KH</small>	Laucheintopf Kaiserbrötchen <sup>A,F</sup> Bratapfel-Joghurt <sup>G</sup>  <small>352 kcal, 12 g Eiweiß, 4 g Fett, 63 g KH</small>
<b>Sonntag, 19.12.2021</b>	geschmorte Kaninchenkeule <sup>A,O</sup> Spätzle <sup>A1,A,C,G</sup> Rosenkohl <sup>G</sup> Eis Weihnachtsmann <sup>F,G</sup>  <small>535 kcal, 15 g Eiweiß, 23 g Fett, 64 g KH</small>	Süßkartoffel-Gnocchi Gemüsecurry <sup>A,G</sup> Tomatensalat Eis Weihnachtsmann <sup>F,G</sup>  <small>713 kcal, 13 g Eiweiß, 26 g Fett, 103 g KH</small>

Zusatzstoffe: (A!) 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; (HD) Cashewnüsse und Cashewnusserzeugnisse; (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!