

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

Tag	Menü 1	Menü 2
<b>Montag, 17.01.2022</b>	Schinkennudel <sup>A!,1,3,A,AA,C,G,100</sup> Tomatensoße <sup>A,AA</sup> gemischter Salat Götterspeise Tropic 453 kcal, 22 g Eiweiß, 17 g Fett, 53 g KH	Grünkohl Hanf Burger Salzkartoffel Letschogemüse Götterspeise Tropic 456 kcal, 16 g Eiweiß, 10 g Fett, 74 g KH
<b>Dienstag, 18.01.2022</b>	Putengeschnetzeltes in Champignon Rahm- soße <sup>A,AA,G,O</sup> Butterreis <sup>G</sup> Pariser Karotten <sup>G</sup> Buttermilch Dessert Orange.-Limete <sup>G</sup> 435 kcal, 9 g Eiweiß, 18 g Fett, 57 g KH	Gemüsestrudel <sup>A,AA,C,G,L</sup> Käsesoße <sup>A,AA,G</sup> Eisbergsalat in Joghurtdressing <sup>2,G,O</sup> Buttermilch Dessert Orange.-Limete <sup>G</sup> 471 kcal, 13 g Eiweiß, 24 g Fett, 50 g KH
<b>Mittwoch, 19.01.2022</b>	Leberknödel <sup>A,AA,C</sup> Bratensoße <sup>A,AA</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Sauerkraut Obstsalat 682 kcal, 24 g Eiweiß, 30 g Fett, 74 g KH	Kaiserschmarren <sup>A!,A,AA,C,G,H,HA</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Pflaumenkompott <sup>2</sup> Obstsalat 687 kcal, 19 g Eiweiß, 19 g Fett, 106 g KH
<b>Donnerstag, 20.01.2022</b>	Schweineschnitzel "Natur" <sup>100</sup> Paprikasoße Blumenkohl <sup>G</sup> Risoleekartoffel Heidelbeere-Quark <sup>G</sup> 415 kcal, 14 g Eiweiß, 18 g Fett, 46 g KH	Teigtasche gefüllt mit Oliven und Tomaten <sup>A,AA,F</sup> Salbeisoße <sup>A,AA</sup> gemischter Salat Heidelbeere-Quark <sup>G</sup> 457 kcal, 16 g Eiweiß, 17 g Fett, 55 g KH
<b>Freitag, 21.01.2022</b>	gebackenes Seelachsfilet <sup>A!,A,AA,D</sup> Senf-Dillcreme <sup>G,M</sup> Kartoffelecken Kopfsalat Obst der Saison 658 kcal, 18 g Eiweiß, 24 g Fett, 88 g KH	Hefeklöße <sup>A,AA,C,G</sup> Braune-Butter <sup>G</sup> Spiegelei <sup>C</sup> Kopfsalat Obst der Saison 969 kcal, 24 g Eiweiß, 49 g Fett, 105 g KH
<b>Samstag, 22.01.2022</b>	Linseneintopf <sup>1,L,100</sup> Wiener Würstchen <sup>1</sup> Kaiserbrötchen <sup>A,AA,F</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup> 589 kcal, 26 g Eiweiß, 28 g Fett, 55 g KH	Karotten-Ingwer Eintopf <sup>L</sup> Kaiserbrötchen <sup>A,AA,F</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup> 257 kcal, 8 g Eiweiß, 1 g Fett, 51 g KH
<b>Sonntag, 23.01.2022</b>	Wildgulasch <sup>A,AA,O</sup> Spätzle <sup>A!,A,AA,C,G</sup> Rosenkohl <sup>G</sup> Amarenaeisbecher <sup>G</sup> 541 kcal, 15 g Eiweiß, 21 g Fett, 69 g KH	Käsemedallion <sup>A!,A,AA,AE,C,F,G,N</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Rahmgemüse <sup>A,AA,G</sup> Amarenaeisbecher <sup>G</sup> 761 kcal, 21 g Eiweiß, 32 g Fett, 95 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker  
 Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AA) Weizen und Weizenerzeugnisse; (AE) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (H) Schalenfrüchte 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 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!