

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 31.01.2022	Spaghetti ^{A,G} pikante Tomatensoße mit Speck und gehobeltem Parmesan (all'amtriciana) ^{1,A,C,G,100} gemischter Salat Obstsalat 590 kcal, 18 g Eiweiß, 26 g Fett, 69 g KH	Germknödel mit Pflaumenfüllung ^{A,C,G} Vanillesoße ^G Obstsalat 495 kcal, 11 g Eiweiß, 7 g Fett, 96 g KH	Bolognese ^{60,A,L,100} Spaghetti ^{A,G} gemischter Salat Obstsalat 564 kcal, 19 g Eiweiß, 26 g Fett, 63 g KH
Dienstag, 01.02.2022	Hähnchenbrustfilet im Knuspermantel ^{A,AC} Bratkartoffeln Paprikagemüse Fruchtpudding Pfirsich Aprikose ^{1,G} 1602 kcal, 48 g Eiweiß, 57 g Fett, 221 g KH	Teigtasche gefüllt mit Zucchini und geröstetem Sesam ^{A,C,G,N} Pesto Alla Genovese ^{1,G,HD} gemischter Salat Fruchtpudding Pfirsich Aprikose ^{1,G} 6224 kcal, 78 g Eiweiß, 490 g Fett, 366 g KH	Putensteak LV Bratensoße ^A Kartoffeln Schonkostgemüse ^{60,G,L} Fruchtpudding Pfirsich Aprikose ^{1,G} 1487 kcal, 30 g Eiweiß, 60 g Fett, 202 g KH
Mittwoch, 02.02.2022	geschnetzelte Leber Berliner ^{A,O} Butterreis ^G Salat der Saison Schattenmorelle Kompott 414 kcal, 6 g Eiweiß, 17 g Fett, 58 g KH	vegetarisch gefüllte Paprikaschote ^{A,L,M} Tomatensoße ^A Schattenmorelle Kompott 978 kcal, 49 g Eiweiß, 38 g Fett, 92 g KH	geschnetzelte Leber Berliner ^{A,O} Butterreis ^G Kohlrabi ^G Schattenmorelle Kompott 410 kcal, 7 g Eiweiß, 13 g Fett, 62 g KH
Donnerstag, 03.02.2022	Mettwürstchen ^{1,2,100} Bratensoße ^A Kartoffelpüree ^G Grünkohl ^G Mango -Joghurt ^G 767 kcal, 29 g Eiweiß, 46 g Fett, 54 g KH	Weizenrisotto ^{1,A,C,G,L} Käsesoße ^{A,G} gemischter Salat Mango -Joghurt ^G 584 kcal, 19 g Eiweiß, 27 g Fett, 65 g KH	Nürnberger Rostbratwürstchen ^{L,M} Kartoffelpüree ^{G,O} Schonkostgemüse ^{60,G,L} Mango -Joghurt ^G 601 kcal, 23 g Eiweiß, 34 g Fett, 48 g KH
Freitag, 04.02.2022	Fischfrikadelle ^{60,2,A,D,G} Rieslingsoße ^{A,G,O} Salzkartoffel Buntes Gurken-Zuccinigemüse Obst der Saison 596 kcal, 18 g Eiweiß, 18 g Fett, 86 g KH	Soja Geschnetzeltes "Gyros Art" ^{A,C,F,L} Tzatziki ^G Fladenbrot ^A Krautsalat Obst der Saison 935 kcal, 47 g Eiweiß, 21 g Fett, 136 g KH	gebratene Taunus Forelle ^{A,D} Soße zu Fisch ^{A,B,D,G,O,R} Salzkartoffel gemischter Salat Obst der Saison 585 kcal, 25 g Eiweiß, 21 g Fett, 71 g KH
Samstag, 05.02.2022	Steckrübeneintopf mit Rindfleisch ^L Bratapfel-Joghurt ^G 187 kcal, 6 g Eiweiß, 3 g Fett, 31 g KH	Laucheintopf Bratapfel-Joghurt ^G 175 kcal, 6 g Eiweiß, 3 g Fett, 28 g KH	Vegetarischer Steckrübeneintopf Bockwurst ^{60,1,2,L,M,100} Bratapfel-Joghurt ^G 465 kcal, 18 g Eiweiß, 31 g Fett, 27 g KH
Sonntag, 06.02.2022	Wildschweinbraten- ^{60,1,2,A,L,O} Spätzle ^{A!,A,C,G} Rosenkohl ^G Nusseisbecher ^{G,HB} 495 kcal, 15 g Eiweiß, 17 g Fett, 65 g KH	Süßkartoffel-Gnocchi Gemüsecurry ^{A,G} Tomatensalat Nusseisbecher ^{G,HB} 669 kcal, 13 g Eiweiß, 20 g Fett, 104 g KH	geschmorte Kaninchenkeule ^{A,O} Spätzle ^{A!,A,C,G} Wachsbrechbohnen ^G Nusseisbecher ^{G,HB} 475 kcal, 13 g Eiweiß, 15 g Fett, 68 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AC) Gerste und Gersteerzeugnisse; (B) Krebstiere und -erzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (HB) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (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; (R) Weichtiere und -erzeugnisse; (100) mit Schweinefleisch

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an das Küchenteam.
Tel.: 06171-6304-37 /-38 E-Mail: kueche.thmh@awo-frankfurt.de

Das Küchenteam wünscht einen guten Appetit.

Änderungen sind dem Küchenteam jederzeit vorbehalten!