

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

Tag	Menü 1	Menü 2
<b>Montag, 03.01.2022</b>	Gyros <sup>60,F,100</sup> Tzatziki <sup>G</sup> Djuvecreis <sup>G</sup> Krautsalat Buttermilch Vanilla-Birne <sup>G</sup> <small>1976 kcal, 74 g Eiweiß, 76 g Fett, 240 g KH</small>	Süßkartoffel-Amaranth-Burger Gemüesoße <sup>60,A,G,L</sup> gemischter Salat Buttermilch Vanilla-Birne <sup>G</sup> <small>1587 kcal, 41 g Eiweiß, 65 g Fett, 201 g KH</small>
<b>Dienstag, 04.01.2022</b>	gepöckelte Ochsenbrust <sup>60,1,2,L</sup> Meerrettichsoße <sup>60,4,A,G,L,O</sup> Salzkartoffel -Wirsing <sup>G</sup> Kirsch-Grütze <sup>O</sup> flüssige Sahne <sup>G</sup> <small>691 kcal, 24 g Eiweiß, 40 g Fett, 56 g KH</small>	Kicherbsen-Bolognese <sup>A,L</sup> Makkaroni <sup>A</sup> Tomatensalat Kirsch-Grütze <sup>O</sup> flüssige Sahne <sup>G</sup> <small>3837 kcal, 126 g Eiweiß, 29 g Fett, 749 g KH</small>
<b>Mittwoch, 05.01.2022</b>	Schweineschnitzel <sup>A!,A,100</sup> Pilzrahmsoße <sup>A!,A,G,O</sup> Kartoffelecken Brokkoli <sup>G</sup> Mandarinenkompott <small>777 kcal, 33 g Eiweiß, 31 g Fett, 86 g KH</small>	Gemüse Couscous <sup>A</sup> gemischter Salat Mandarinenkompott <small>481 kcal, 10 g Eiweiß, 18 g Fett, 64 g KH</small>
<b>Donnerstag, 06.01.2022</b>	Geflügelfrikadelle <sup>A!,A,C,G,M</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Lauchgemüse <sup>A,G</sup> Nuss-Nougat Pudding <sup>G,HB</sup> <small>637 kcal, 25 g Eiweiß, 33 g Fett, 58 g KH</small>	Linsenleibchen <sup>A!,60,A,C,G,L</sup> Salzkartoffel Rahmblumenkohl <sup>A,G</sup> Nuss-Nougat Pudding <sup>G,HB</sup> <small>930 kcal, 34 g Eiweiß, 34 g Fett, 112 g KH</small>
<b>Freitag, 07.01.2022</b>	Fischstäbchen <sup>A,C,D</sup> Salzkartoffel Rahmspinat <sup>A,G</sup> Obst der Saison <small>392 kcal, 14 g Eiweiß, 6 g Fett, 68 g KH</small>	Blätterteigtasche mit mediterraner Gemüsefüllung <sup>A,C,G</sup> gemischter Salat Obst der Saison <small>568 kcal, 14 g Eiweiß, 31 g Fett, 58 g KH</small>
<b>Samstag, 08.01.2022</b>	weiße Bohnen-Eintopf mit Fleischeinlage <sup>60,L,O</sup> Kaiserbrötchen <sup>A,F</sup> Saison-Joghurt <sup>G</sup> <small>451 kcal, 17 g Eiweiß, 9 g Fett, 73 g KH</small>	Bio-Gemüse Kartoffeleintopf <sup>L</sup> Kaiserbrötchen <sup>A,F</sup> Saison-Joghurt <sup>G</sup> <small>427 kcal, 17 g Eiweiß, 4 g Fett, 79 g KH</small>
<b>Sonntag, 09.01.2022</b>	Sauerbraten <sup>60,A,L,M</sup> Kartoffelklöße Apfelrotkohl Eistörtchen <sup>F,G</sup> <small>414 kcal, 5 g Eiweiß, 14 g Fett, 64 g KH</small>	gekochte Eier <sup>C</sup> Senfsoße <sup>A,G,M</sup> Salzkartoffel gemischter Salat Eistörtchen <sup>F,G</sup> <small>604 kcal, 22 g Eiweiß, 33 g Fett, 53 g KH</small>

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Süßungsmittel  
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (HB) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (L) Sellerie und -erzeugnisse; (M) Senf 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!