

Name: _____

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