

Name: _____

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 08.11.2021	gebackener Fleischkäse Zwiebelsoße ^{A,G} Salzkartoffel Schwarzwurzel ^{2,G} Schokoladenpudding ^G <small>640 kcal, 22 g Eiweiß, 32 g Fett, 63 g KH</small>	Gemüselasagne ^{A!,1,A,G} gemischter Salat Schokoladenpudding ^G <small>436 kcal, 9 g Eiweiß, 28 g Fett, 40 g KH</small>	gebackener Fleischkäse Bratensoße ^A Kartoffelpüree ^{G,O} Schwarzwurzel ^{2,G} Schokoladenpudding ^G <small>652 kcal, 22 g Eiweiß, 36 g Fett, 56 g KH</small>
Dienstag, 09.11.2021	gebratene Hähnchenbrust Erdnusssoße ^{A,E,G} Duftreis ^G WOK Gemüse ^{A!,1,3,A,F,N} Götterspeise Waldmeister <small>661 kcal, 33 g Eiweiß, 25 g Fett, 73 g KH</small>	Schupfnudel Gemüse Pfanne ^{A,C} Tomatensoße ^A Götterspeise Waldmeister <small>469 kcal, 11 g Eiweiß, 11 g Fett, 78 g KH</small>	Hähnchenbrust in Riesling ^{60,C,G,L,O} Rahmsoße ^{A,G} Duftreis ^G Schonkostgemüse ^{60,G,L} Götterspeise Waldmeister <small>744 kcal, 40 g Eiweiß, 28 g Fett, 78 g KH</small>
Mittwoch, 10.11.2021	Rindersaftgulasch ^A Bunte Nudeln ^A bunte Karottenstäbchen Heidelbeere-Quark ^G <small>383 kcal, 14 g Eiweiß, 8 g Fett, 61 g KH</small>	Falafel-Bagel ^A Potatos Wedges gemischter Salat Heidelbeere-Quark ^G <small>584 kcal, 15 g Eiweiß, 23 g Fett, 76 g KH</small>	Rindfleischstreifen LV ^{A,M,O} Kartoffelpüree ^{G,O} gemischter Salat Heidelbeere-Quark ^G <small>443 kcal, 12 g Eiweiß, 24 g Fett, 42 g KH</small>
Donnerstag, 11.11.2021	Bratwurst ^{60,L,M} Majoransoße ^A Salzkartoffel Speckbohnen ¹⁰⁰ Apfel Kompott ² <small>802 kcal, 20 g Eiweiß, 48 g Fett, 66 g KH</small>	Grießschnitte ^{A!,A,C,G} Fruchtsoße ^O Apfel Kompott ² <small>463 kcal, 12 g Eiweiß, 12 g Fett, 72 g KH</small>	Bratwurst ^{60,L,M} Bratensoße ^A Salzkartoffel gemischter Salat Apfel Kompott ² <small>768 kcal, 18 g Eiweiß, 48 g Fett, 62 g KH</small>
Freitag, 12.11.2021	gebackenes Schollenfilet ^{A!,A,D} Remouladensoße ^{A!,2,4,C,G,M} Kartoffelsalat ^{60,1,3,4,L,M} Obst der Saison <small>703 kcal, 26 g Eiweiß, 25 g Fett, 88 g KH</small>	Tortellini mit Riccotafüllung ^{A!,A,G} Gemüsesoße ^{60,A,G,L} gemischter Salat Obst der Saison <small>633 kcal, 16 g Eiweiß, 19 g Fett, 98 g KH</small>	pochiertes Schollenfilet ^{D,O} Kräutersoße ^{A,G} Petersilienkartoffel ^G gemischter Salat Obst der Saison <small>517 kcal, 27 g Eiweiß, 14 g Fett, 68 g KH</small>
Samstag, 13.11.2021	Erbseintopf ^{60,1,L,100} Wiener Würstchen ^{60,1} Kaiserbrötchen ^{A,F} Erdbeerpudding mit Sahne ^G <small>777 kcal, 30 g Eiweiß, 30 g Fett, 92 g KH</small>	Staudensellerieeintopf ^{60,L} Kaiserbrötchen ^{A,F} Erdbeerpudding mit Sahne ^G <small>359 kcal, 10 g Eiweiß, 3 g Fett, 71 g KH</small>	Staudensellerieeintopf ^{60,L} Bockwurst ^{60,1,2,L,M,100} Kaiserbrötchen ^{A,F} Erdbeerpudding mit Sahne ^G <small>664 kcal, 23 g Eiweiß, 31 g Fett, 71 g KH</small>
Sonntag, 14.11.2021	Gänsekeule braune Geflügelsoße ^A Kartoffelklöße Apfelrotkohl Maronencreme ^G <small>721 kcal, 26 g Eiweiß, 42 g Fett, 59 g KH</small>	Gemüseragout Schupfnudel ^{A!,60,A,C} Endiviensalat Maronencreme ^G <small>724 kcal, 20 g Eiweiß, 28 g Fett, 92 g KH</small>	Gänsekeule braune Geflügelsoße ^A Kartoffelklöße Apfelrotkohl Maronencreme ^G <small>721 kcal, 26 g Eiweiß, 42 g Fett, 59 g KH</small>

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (E) Erdnüsse und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (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!