

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag,</b> <b>13.12.2021</b>	Bolognese <sup>60,A,L,100</sup> Spaghetti <sup>A,G</sup> gemischter Salat Obstsalat	Germknödel mit Pflaumenfüllung <sup>A,C,G</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Obstsalat	Bolognese <sup>60,A,L,100</sup> Spaghetti <sup>A,G</sup> gemischter Salat Obstsalat
	578 kcal, 20 g Eiweiß, 27 g Fett, 63 g KH	495 kcal, 11 g Eiweiß, 7 g Fett, 96 g KH	564 kcal, 19 g Eiweiß, 26 g Fett, 63 g KH
<b>Dienstag,</b> <b>14.12.2021</b>	Hähnchenbrustfilet im Knuspermantel <sup>A,AC</sup> Bratkartoffeln Paprikagemüse Fruchtpudding Pfirsich Aprikose <sup>1,G</sup>	Teigtasche gefüllt mit Zucchini und geröstetem Sesam <sup>A,C,G,N</sup> Pesto Alla Genovese <sup>1,G,HD</sup> gemischter Salat Fruchtpudding Pfirsich Aprikose <sup>1,G</sup>	Putensteak LV Bratensoße <sup>A</sup> Kartoffeln Schonkostgemüse <sup>60,G,L</sup> Fruchtpudding Pfirsich Aprikose <sup>1,G</sup>
	1602 kcal, 48 g Eiweiß, 57 g Fett, 221 g KH	6224 kcal, 78 g Eiweiß, 490 g Fett, 366 g KH	1487 kcal, 30 g Eiweiß, 60 g Fett, 202 g KH
<b>Mittwoch,</b> <b>15.12.2021</b>	geschnetzelte Leber Berliner <sup>A,O</sup> Butterreis <sup>G</sup> Salat der Saison Schattenmorelle Kompott	vegetarisch gefüllte Paprikaschote <sup>A,L,M</sup> Tomatensoße <sup>A</sup> Schattenmorelle Kompott	geschnetzelte Leber Berliner <sup>A,O</sup> Butterreis <sup>G</sup> Kohlrabi <sup>G</sup> Schattenmorelle Kompott
	414 kcal, 6 g Eiweiß, 17 g Fett, 58 g KH	978 kcal, 49 g Eiweiß, 38 g Fett, 92 g KH	410 kcal, 7 g Eiweiß, 13 g Fett, 62 g KH
<b>Donnerstag,</b> <b>16.12.2021</b>	Mettwürstchen <sup>1,2,100</sup> Bratensoße <sup>A</sup> Kartoffelpüree <sup>G</sup> Grünkohl <sup>G</sup> Mango -Joghurt <sup>G</sup>	Weizenrisotto <sup>1,A,C,G,L</sup> Käsesoße <sup>A,G</sup> gemischter Salat Mango -Joghurt <sup>G</sup>	Nürnberger Rostbratwürstchen <sup>L,M</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Schonkostgemüse <sup>60,G,L</sup> Mango -Joghurt <sup>G</sup>
	767 kcal, 29 g Eiweiß, 46 g Fett, 54 g KH	584 kcal, 19 g Eiweiß, 27 g Fett, 65 g KH	601 kcal, 23 g Eiweiß, 34 g Fett, 48 g KH
<b>Freitag,</b> <b>17.12.2021</b>	gebratene Taunus Forelle <sup>A,D</sup> Rieslingsoße <sup>A,G,O</sup> Salzkartoffel Buntes Gurken-Zuccinigemüse Obst der Saison	Soja Geschnetzeltes "Gyros Art" <sup>A,C,F,L</sup> Tzatziki <sup>G</sup> Fladenbrot <sup>A</sup> Krautsalat Obst der Saison	gebratene Taunus Forelle <sup>A,D</sup> Soße zu Fisch <sup>A,B,D,G,O,R</sup> Salzkartoffel gemischter Salat Obst der Saison
	543 kcal, 26 g Eiweiß, 15 g Fett, 71 g KH	935 kcal, 47 g Eiweiß, 21 g Fett, 136 g KH	585 kcal, 25 g Eiweiß, 21 g Fett, 71 g KH
<b>Samstag,</b> <b>18.12.2021</b>	Steckrübeneintopf mit Rindfleisch <sup>L</sup> Bratapfel-Joghurt <sup>G</sup>	Laucheintopf Bratapfel-Joghurt <sup>G</sup>	Vegetarischer Steckrübeneintopf Bockwurst <sup>60,1,2,L,M,100</sup> Bratapfel-Joghurt <sup>G</sup>
	187 kcal, 6 g Eiweiß, 3 g Fett, 31 g KH	175 kcal, 6 g Eiweiß, 3 g Fett, 28 g KH	465 kcal, 18 g Eiweiß, 31 g Fett, 27 g KH
<b>Sonntag,</b> <b>19.12.2021</b>	geschmorte Kaninchenkeule <sup>A,O</sup> Spätzle <sup>A!,A,C,G</sup> Rosenkohl <sup>G</sup> Eis Weihnachtsmann <sup>F,G</sup>	Süßkartoffel-Gnocchi Gemüsecurry <sup>A,G</sup> Tomatensalat Eis Weihnachtsmann <sup>F,G</sup>	geschmorte Kaninchenkeule <sup>A,O</sup> Spätzle <sup>A!,A,C,G</sup> Wachsbrechbohnen <sup>G</sup> Eis Weihnachtsmann <sup>F,G</sup>
	535 kcal, 15 g Eiweiß, 23 g Fett, 64 g KH	713 kcal, 13 g Eiweiß, 26 g Fett, 103 g KH	519 kcal, 12 g Eiweiß, 21 g Fett, 67 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; (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 SO<sub>2</sub> 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!