

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 10.01.2022	Hackbraten ^{M,100} Petersilienkartoffel ^G Blumenkohl ^G Aprikosenkompott	pikantes Kürbis-Paprikragout_ ^{1,A,G} Duftreis ^G Eisbergsalat in Joghurtdres- sing ^{2,G,O} Aprikosenkompott	Hackbraten, LV ^{A,M,100} Petersilienkartoffel ^G Blumenkohl ^G Aprikosenkompott
	529 kcal, 25 g Eiweiß, 23 g Fett, 53 g KH	357 kcal, 6 g Eiweiß, 10 g Fett, 58 g KH	589 kcal, 24 g Eiweiß, 26 g Fett, 62 g KH
Dienstag, 11.01.2022	Maccaroniaufwurf mit Cham- pingons und Frühlingszwie- beln ^{A,C,G} Tomatensoße ^A gemischter Salat Grieß Sahne Pudding ^{A,G}	Süßkartoffeltasche mit Frisch- käse und Kräutern gefüllt ^{A,G} Schnittlauchsoße ^{A,G} Grieß Sahne Pudding ^{A,G}	Schinkennudel ^{A!,1,3,A,C,G,100} Tomatensoße ^A gemischter Salat Grieß Sahne Pudding ^{A,G}
	2040 kcal, 59 g Eiweiß, 99 g Fett, 223 g KH	1561 kcal, 37 g Eiweiß, 69 g Fett, 192 g KH	1778 kcal, 53 g Eiweiß, 77 g Fett, 213 g KH
Mittwoch, 12.01.2022	geschmorte Ochsenbäckchen ^{A,O} Gemüse-Risotto ^{60,G,L} Holundergelee Vanillesoße ^G	Kirschen-Michel ^{A,C,G,HA} Vanillesoße ^G Holundergelee Vanillesoße ^G	Rindfleischstreifen LV ^{A,M,O} Gemüse-Risotto ^{60,G,L} Holundergelee Vanillesoße ^G
	366 kcal, 14 g Eiweiß, 6 g Fett, 63 g KH	809 kcal, 22 g Eiweiß, 34 g Fett, 102 g KH	409 kcal, 14 g Eiweiß, 11 g Fett, 62 g KH
Donnerstag, 13.01.2022	Geflügel Cordon Bleu ^{A!,1,A,G} braune Geflügelsoße ^A Schwenkkartoffel ^G Schnippelbohnen_ ^G Waldbeerjoghurt ^G	Omelette ^{C,G} Kräuterschaum ^{A,G} Kartoffelpüree ^{G,O} gemischter Salat Waldbeerjoghurt ^G	Putensteak LV braune Geflügelsoße ^A Salzkartoffel Wachsbrechbohnen-Salat, LV Waldbeerjoghurt ^G
	573 kcal, 30 g Eiweiß, 20 g Fett, 65 g KH	596 kcal, 23 g Eiweiß, 31 g Fett, 52 g KH	373 kcal, 10 g Eiweiß, 12 g Fett, 53 g KH
Freitag, 14.01.2022	Seelachsfilet "Müllerin" ^{A!,A,D,G} Salzkartoffel Rahmspinat ^{A,G} Obst der Saison	Ofengemüse mit Süßkartoffel -Würfel ^L Feta ^G Sauerrahm ^G gemischter Salat Obst der Saison	pochiertes Seelachsfilet ^{D,O} Salzkartoffel Rahmspinat ^{A,G} Obst der Saison
	499 kcal, 25 g Eiweiß, 10 g Fett, 73 g KH	3180 kcal, 172 g Eiweiß, 248 g Fett, 60 g KH	484 kcal, 35 g Eiweiß, 8 g Fett, 65 g KH
Samstag, 15.01.2022	Gemüseeeintopf mit Fleisch- klößchen ^{A!,60,A,C,L} Fruchtbuttermilch ^G	Kartoffeleintopf ^{60,G,L} Fruchtbuttermilch ^G	Gemüseeeintopf mit Fleisch- klößchen ^{A!,60,A,C,L} Fruchtbuttermilch ^G
	346 kcal, 13 g Eiweiß, 13 g Fett, 43 g KH	284 kcal, 7 g Eiweiß, 10 g Fett, 40 g KH	346 kcal, 13 g Eiweiß, 13 g Fett, 43 g KH
Sonntag, 16.01.2022	Schweinekrustenbraten ^{1,2} Biersoße ^{A,AC} Kartoffelkroketten ^G Blumenkohl ^G Fürst Pückler Eisbecher ^{4,6,10,G}	Ravioli mit Steinpilz-Frischkä- se Füllung ^{A,C,G} Gemüsesoße ^{60,A,G,L} Kopfsalat Fürst Pückler Eisbecher ^{4,6,10,G}	Schweinenackenbraten, LV ^{60,A,L,100} Kartoffelpüree ^{G,O} Blumenkohl ^G Fürst Pückler Eisbecher ^{4,6,10,G}
	704 kcal, 31 g Eiweiß, 30 g Fett, 67 g KH	509 kcal, 14 g Eiweiß, 23 g Fett, 52 g KH	378 kcal, 11 g Eiweiß, 18 g Fett, 33 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (10) enthält eine Phenylalaninquelle
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AC) Gerste und Gersteerzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (HA) Mandeln und Mandelerzeugnisse; (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.: 06171-6304-37 /-38 E-Mail: kueche.thmh@awo-frankfurt.de

Das Küchenteam wünscht einen guten Appetit.

Änderungen sind dem Küchenteam jederzeit vorbehalten!