

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag, 17.01.2022</b>	Schinkennudel <sup>A!,1,3,A,C,G,100</sup> Tomatensoße <sup>A</sup> gemischter Salat Götterspeise Tropic	Grünkohl Hanf Burger Salzkartoffel Letschogemüse Götterspeise Tropic	Kartoffel-Schinkenauflauf <sup>C,G,100</sup> Tomatensoße <sup>A</sup> gemischter Salat Götterspeise Tropic
	453 kcal, 22 g Eiweiß, 17 g Fett, 53 g KH	456 kcal, 16 g Eiweiß, 10 g Fett, 74 g KH	405 kcal, 14 g Eiweiß, 18 g Fett, 44 g KH
<b>Dienstag, 18.01.2022</b>	Putengeschnetzeltes in Champignon Rahmsoße <sup>A,G,O</sup> Butterreis <sup>G</sup> Pariser Karotten <sup>G</sup> Buttermilch Dessert Orange- Limete <sup>G</sup>	Gemüsestrudel <sup>A,C,G,L</sup> Käsesoße <sup>A,G</sup> Eisbergsalat in Joghurtdres- sing <sup>2,G,O</sup> Buttermilch Dessert Orange- Limete <sup>G</sup>	Putengechnetzeltes <sup>A,G</sup> Spätzle <sup>A!,A,C,G</sup> Endiviensalat Buttermilch Dessert Orange- Limete <sup>G</sup>
	435 kcal, 9 g Eiweiß, 18 g Fett, 57 g KH	492 kcal, 14 g Eiweiß, 25 g Fett, 53 g KH	415 kcal, 12 g Eiweiß, 16 g Fett, 54 g KH
<b>Mittwoch, 19.01.2022</b>	Leberknödel <sup>A,C</sup> Bratensoße <sup>A</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Sauerkraut Obstsalat	Kaiserschmarren <sup>A!,A,C,G,HA</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Pflaumenkompott <sup>2</sup> Obstsalat	Schweinenackenbraten, LV <sup>60,A,L,100</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Kohlrabi <sup>G</sup> Obstsalat
	682 kcal, 24 g Eiweiß, 30 g Fett, 74 g KH	687 kcal, 19 g Eiweiß, 19 g Fett, 106 g KH	361 kcal, 8 g Eiweiß, 12 g Fett, 52 g KH
<b>Donnerstag, 20.01.2022</b>	Schweineschnitzel "Natur" <sup>100</sup> Paprikasoße Blumenkohl <sup>G</sup> Risoleekartoffel Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>	Teigtasche gefüllt mit Oliven und Tomaten <sup>A,F</sup> Salbeisoße <sup>A</sup> gemischter Salat Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>	Schweineschnitzel, Natur, LV <sup>100</sup> Butterreis <sup>G</sup> Kopfsalat Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>
	415 kcal, 14 g Eiweiß, 18 g Fett, 46 g KH	457 kcal, 16 g Eiweiß, 17 g Fett, 55 g KH	370 kcal, 9 g Eiweiß, 16 g Fett, 47 g KH
<b>Freitag, 21.01.2022</b>	gebackenes Seelachsfilet <sup>A!,A,D</sup> Senf-Dillcreme <sup>G,M</sup> Kartoffelecken Kopfsalat Obst der Saison	Hefeklöße <sup>A,C,G</sup> Braune-Butter <sup>G</sup> Spiegelei <sup>C</sup> Kopfsalat Obst der Saison	pochiertes Seelachsfilet <sup>D,O</sup> Kräutersoße <sup>A,G</sup> Petersilienkartoffel <sup>G</sup> Kopfsalat Obst der Saison
	658 kcal, 18 g Eiweiß, 24 g Fett, 88 g KH	969 kcal, 24 g Eiweiß, 49 g Fett, 105 g KH	527 kcal, 31 g Eiweiß, 14 g Fett, 66 g KH
<b>Samstag, 22.01.2022</b>	Linseneintopf <sup>60,1,L,100</sup> Wiener Würstchen <sup>60,1</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup>	Karotten-Ingwer Eintopf <sup>60,L</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup>	Blumenkohl-Karotteneintopf mit Reis <sup>L</sup> Wiener Würstchen <sup>60,1</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup>
	463 kcal, 22 g Eiweiß, 27 g Fett, 30 g KH	80 kcal, 2 g Eiweiß, 0 g Fett, 15 g KH	455 kcal, 17 g Eiweiß, 26 g Fett, 36 g KH
<b>Sonntag, 23.01.2022</b>	Wildgulasch <sup>A,O</sup> Spätzle <sup>A!,A,C,G</sup> Rosenkohl <sup>G</sup> Amarenaeisbecher <sup>G</sup>	Käsemedallion <sup>A!,60,A,AE,C,F,G,N</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Rahmgemüse <sup>A,G</sup> Amarenaeisbecher <sup>G</sup>	Wildgulasch <sup>A,O</sup> Spätzle <sup>A!,A,C,G</sup> Kaisergemüse <sup>G</sup> Amarenaeisbecher <sup>G</sup>
	541 kcal, 15 g Eiweiß, 21 g Fett, 69 g KH	761 kcal, 21 g Eiweiß, 32 g Fett, 95 g KH	519 kcal, 14 g Eiweiß, 20 g Fett, 72 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker  
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AE) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (HA) Mandeln und Mandelerzeugnisse; (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; (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!