

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 02.01.2023	Penne ^A pikante Tomatensoße (all'ar- rabiata) ^{1,A,C,G,100} gemischter Salat Buttermilch Vanilla-Birne ^G	Süßkartoffel-Amaranth-Burger Gemüsesoße ^{60,A,G,L} gemischter Salat Buttermilch Vanilla-Birne ^G	Schweinegeschnetzeltes, LV ^{A,G,100} Kartoffelpüree ^{G,O} Schonkostgemüse ^{60,G,L} Buttermilch Vanilla-Birne ^G
	635 kcal, 21 g Eiweiß, 23 g Fett, 84 g KH	507 kcal, 10 g Eiweiß, 30 g Fett, 47 g KH	552 kcal, 31 g Eiweiß, 24 g Fett, 50 g KH
Dienstag, 03.01.2023	gepöckelte Ochsenbrust ^{60,1,2,L} Meerrettichsoße ^{60,4,A,G,L,O} Salzkartoffel -Wirsing ^G Kirsch-Grütze ^O flüssige Sahne ^G	Kicherbsen-Bolognese ^{A,L} Makkaroni ^A Tomatensalat Kirsch-Grütze ^O flüssige Sahne ^G	gekochte Ochsenbrust ^{60,L} Kräutersoße ^{A,G} Salzkartoffel Rahmkohlrabi ^{A,G} Kirsch-Grütze ^O flüssige Sahne ^G
	675 kcal, 24 g Eiweiß, 40 g Fett, 51 g KH	451 kcal, 12 g Eiweiß, 17 g Fett, 60 g KH	437 kcal, 8 g Eiweiß, 21 g Fett, 52 g KH
Mittwoch, 04.01.2023	Schweineschnitzel ^{A1,A,100} Pilzrahmsoße ^{A1,A,G,O} Kartoffelecken Brokkoli ^G Mandarinenkompott	Gemüse Couscous ^A gemischter Salat Mandarinenkompott	Putenschnitzel ^{A1,A} Rahmsoße ^{A,G} Salzkartoffel Brokkoli ^G Mandarinenkompott
	757 kcal, 33 g Eiweiß, 29 g Fett, 83 g KH	413 kcal, 8 g Eiweiß, 16 g Fett, 55 g KH	478 kcal, 20 g Eiweiß, 15 g Fett, 60 g KH
Donnerstag, 05.01.2023	Geflügelfrikadelle ^{A1,A,C,G,M} Kartoffelpüree mit Speck und Frühlingszwiebeln ^{1,G,100} Kohlrabi ^G Nuss-Nougat Pudding ^{G,HB}	Linzenleibchen ^{A1,60,A,C,G,L} Salzkartoffel Rahmblumenkohl ^{A,G} Nuss-Nougat Pudding ^{G,HB}	Bratwurstschnecke ^{G,L,M,100} Bratensoße ^A Salzkartoffel Blumenkohl ^G Nuss-Nougat Pudding ^{G,HB}
	671 kcal, 26 g Eiweiß, 32 g Fett, 65 g KH	760 kcal, 27 g Eiweiß, 27 g Fett, 94 g KH	693 kcal, 23 g Eiweiß, 40 g Fett, 55 g KH
Freitag, 06.01.2023	Fischstäbchen ^{A,C,D} Salzkartoffel Rahmspinat ^{A,G} Obst der Saison	Blätterteigtasche mit mediter- raner Gemüsefüllung ^{A,C,G} gemischter Salat Obst der Saison	pochiertes Seehechtfilet ^{D,O} Dillrahmsoße ^{A,G} Salzkartoffel gemischter Salat Obst der Saison
	325 kcal, 21 g Eiweiß, 5 g Fett, 47 g KH	447 kcal, 13 g Eiweiß, 32 g Fett, 27 g KH	386 kcal, 30 g Eiweiß, 13 g Fett, 36 g KH
Samstag, 07.01.2023	weiße Bohnen-Eintopf mit Fleischeinlage ^{60,L,O} Saison-Joghurt ^G	Bio-Gemüse Kartoffeleintopf ^L Saison-Joghurt ^G	Kohlrabi Steckrübeneintopf - mit Rindfleisch Bockwurst ^{60,1,2,L,M} Saison-Joghurt ^G
	274 kcal, 11 g Eiweiß, 7 g Fett, 38 g KH	251 kcal, 12 g Eiweiß, 3 g Fett, 43 g KH	523 kcal, 22 g Eiweiß, 30 g Fett, 39 g KH
Sonntag, 08.01.2023	Sauerbraten ^{60,A,L,M} Kartoffelklöße Apfelrotkohl Eistörtchen ^{F,G}	gekochte Eier ^C Senfsoße ^{A,G,M} Salzkartoffel gemischter Salat Eistörtchen ^{F,G}	Rinderbraten, LV ^{60,A,L} Kartoffelklöße Schonkostgemüse ^{60,G,L} Eistörtchen ^{F,G}
	454 kcal, 6 g Eiweiß, 15 g Fett, 71 g KH	604 kcal, 22 g Eiweiß, 33 g Fett, 53 g KH	446 kcal, 6 g Eiweiß, 12 g Fett, 73 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsmittel; (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.: 06171-6304-37 /-38 E-Mail: kueche.thmh@awo-frankfurt.de

Das Küchenteam wünscht einen guten Appetit.

Änderungen sind dem Küchenteam jederzeit vorbehalten!