

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag, 28.11.2022</b>	Kartoffel-Hackfleischauflauf <sup>G</sup> Tomatensoße <sup>A</sup> gemischter Salat Götterspeise Tropic  717 kcal, 34 g Eiweiß, 36 g Fett, 61 g KH	Grünkohl Hanf Burger Salzkartoffel Letschogemüse Götterspeise Tropic  456 kcal, 16 g Eiweiß, 10 g Fett, 74 g KH	Kartoffel-Schinkenauflauf C,G,100 Tomatensoße <sup>A</sup> gemischter Salat Götterspeise Tropic  408 kcal, 14 g Eiweiß, 18 g Fett, 45 g KH
<b>Dienstag, 29.11.2022</b>	Kasseler Kotelett <sup>1,2</sup> Bratensoße <sup>A</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Bohnen <sup>G</sup> Buttermilch Dessert Orange.- Limete <sup>G</sup>  450 kcal, 35 g Eiweiß, 18 g Fett, 33 g KH	Gemüsestrudel <sup>A,C,G,L</sup> Käsesoße <sup>A,G</sup> Eisbergsalat in Joghurtdres- sing <sup>G</sup> Buttermilch Dessert Orange.- Limete <sup>G</sup>  324 kcal, 8 g Eiweiß, 16 g Fett, 37 g KH	Schweinenackenbraten, LV 60,A,L,100 Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Kohlrabi <sup>G</sup> Buttermilch Dessert Orange.- Limete <sup>G</sup>  268 kcal, 7 g Eiweiß, 11 g Fett, 31 g KH
<b>Mittwoch, 30.11.2022</b>	Putengeschnetzeltes in Champignon Rahmsoße <sup>A,G,O</sup> Butterreis <sup>G</sup> Pariser Karotten <sup>G</sup> Obstsalat  418 kcal, 6 g Eiweiß, 14 g Fett, 63 g KH	Hefeklöße <sup>A,C,G</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Obstsalat  571 kcal, 16 g Eiweiß, 7 g Fett, 110 g KH	Putengechnetzeltes <sup>A,G</sup> Spätzle <sup>A!,A,C,G</sup> Endiviensalat Obstsalat  398 kcal, 9 g Eiweiß, 12 g Fett, 61 g KH
<b>Donnerstag, 01.12.2022</b>	Schnitzel "Schweizer Art" mit Tomaten und Käse überba- cken <sup>A,G,100</sup> Thymianrahmsoße <sup>A,G</sup> Butterknöpfe <sup>A,AE,C,G</sup> Blumenkohl <sup>G</sup> Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>  682 kcal, 40 g Eiweiß, 26 g Fett, 70 g KH	Polentatasche <sup>A,G</sup> Salbeisoße <sup>A</sup> Schwenkgemüse Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>  530 kcal, 27 g Eiweiß, 18 g Fett, 60 g KH	Schweineschnitzel, Natur, LV 100 Butterreis <sup>G</sup> Kopfsalat Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>  370 kcal, 9 g Eiweiß, 15 g Fett, 47 g KH
<b>Freitag, 02.12.2022</b>	gebackenes Seelachsfilet <sup>A!,A,D</sup> Senf-Dillcreme <sup>G,M</sup> Kartoffelecken Kopfsalat Obst der Saison  483 kcal, 16 g Eiweiß, 21 g Fett, 53 g KH	Penne <sup>A</sup> mit Gorgonzola und Blattspi- nat <sup>A!,60,A,G,L</sup> Kopfsalat Obst der Saison  3688 kcal, 123 g Eiweiß, 25 g Fett, 726 g KH	pochiertes Seelachsfilet <sup>D,O</sup> Kräutersoße <sup>A,G</sup> Petersilienkartoffel <sup>G</sup> Kopfsalat Obst der Saison  385 kcal, 30 g Eiweiß, 14 g Fett, 34 g KH
<b>Samstag, 03.12.2022</b>	Linseneintopf <sup>60,1,L,100</sup> Wiener Würstchen <sup>60,1</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup>  314 kcal, 14 g Eiweiß, 6 g Fett, 47 g KH	Karotten-Ingwer Eintopf <sup>60,L</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup>  209 kcal, 6 g Eiweiß, 5 g Fett, 34 g KH	Blumenkohl-Karotteneintopf - mit Reis <sup>L</sup> Wiener Würstchen <sup>60,1</sup> Caramel-Vanillestrudel <sup>G</sup>  305 kcal, 9 g Eiweiß, 5 g Fett, 54 g KH
<b>Sonntag, 04.12.2022</b>	Wildgulasch <sup>A,O</sup> Spätzle <sup>A!,A,C,G</sup> Rosenkohl <sup>G</sup> Schneemann Eis <sup>F,G</sup>  598 kcal, 15 g Eiweiß, 27 g Fett, 68 g KH	Käsemedallion <sup>A!,60,A,AE,C,F,G,N</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Rahmgemüse <sup>A,G</sup> Schneemann Eis <sup>F,G</sup>  817 kcal, 21 g Eiweiß, 37 g Fett, 93 g KH	Rinderbraten, LV <sup>60,A,L</sup> Spätzle <sup>A!,A,C,G</sup> Kaisergemüse <sup>G</sup> Schneemann Eis <sup>F,G</sup>  523 kcal, 13 g Eiweiß, 23 g Fett, 66 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenthaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel  
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenthaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AE) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch 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 10mg/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!