

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag, 12.12.2022</b>	Bolognese <sup>60,A,L,100</sup> Spaghetti <sup>A,G</sup> gemischter Salat Obstsalat	Apfelküchle <sup>A,G</sup> Vanillesoße <sup>G</sup> Obstsalat	Bolognese <sup>60,A,L,100</sup> Spaghetti <sup>A,G</sup> gemischter Salat Obstsalat
	579 kcal, 20 g Eiweiß, 27 g Fett, 63 g KH	487 kcal, 8 g Eiweiß, 17 g Fett, 73 g KH	565 kcal, 19 g Eiweiß, 26 g Fett, 63 g KH
<b>Dienstag, 13.12.2022</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>
	486 kcal, 26 g Eiweiß, 11 g Fett, 68 g KH	647 kcal, 17 g Eiweiß, 32 g Fett, 70 g KH	1487 kcal, 30 g Eiweiß, 59 g Fett, 202 g KH
<b>Mittwoch, 14.12.2022</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, 16 g Fett, 58 g KH	275 kcal, 9 g Eiweiß, 9 g Fett, 36 g KH	410 kcal, 7 g Eiweiß, 13 g Fett, 62 g KH
<b>Donnerstag, 15.12.2022</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>
	709 kcal, 24 g Eiweiß, 44 g Fett, 52 g KH	527 kcal, 17 g Eiweiß, 22 g Fett, 64 g KH	601 kcal, 23 g Eiweiß, 34 g Fett, 48 g KH
<b>Freitag, 16.12.2022</b>	Schollenfilet "Finkenwerder Art" <sup>A!,1,2,A,D,100</sup> Salzkartoffel Gurkensalat <sup>G</sup> 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
	579 kcal, 25 g Eiweiß, 29 g Fett, 51 g KH	793 kcal, 45 g Eiweiß, 21 g Fett, 104 g KH	421 kcal, 23 g Eiweiß, 19 g Fett, 36 g KH
<b>Samstag, 17.12.2022</b>	Kichererbseneintopf mit Chorizo <sup>A!,60,L</sup> Bratapfel-Joghurt <sup>G</sup>	Laucheintopf Bratapfel-Joghurt <sup>G</sup>	Vegetarischer Steckrübenintopf Bockwurst <sup>60,1,2,L,M</sup> Bratapfel-Joghurt <sup>G</sup>
	204 kcal, 8 g Eiweiß, 10 g Fett, 20 g KH	175 kcal, 6 g Eiweiß, 3 g Fett, 28 g KH	459 kcal, 18 g Eiweiß, 31 g Fett, 25 g KH
<b>Sonntag, 18.12.2022</b>	Wildschweinbraten- <sup>60,1,2,A,L,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>	Wildschweinbraten- <sup>60,1,2,A,L,O</sup> Spätzle <sup>A!,A,C,G</sup> Wachsbrechbohnen <sup>G</sup> Eis Weihnachtsmann <sup>F,G</sup>
	538 kcal, 15 g Eiweiß, 23 g Fett, 64 g KH	713 kcal, 13 g Eiweiß, 26 g Fett, 103 g KH	522 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 10mg/l, als SO2 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!