

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
<b>Montag, 26.12.2022</b>	gebratene Ente Maronensoße <sup>A</sup> Kartoffelklöße Apfelrotkohl Bratapfel Eis <sup>A,C,G,HA,HB</sup>	Vollkorn Pilz Bratling <sup>A!,60,1,A,AE,AD,C,G,L,N</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Rahmgemüse <sup>A,G</sup> Bratapfel Eis <sup>A,C,G,HA,HB</sup>	gebratene Ente Maronensoße <sup>A</sup> Kartoffelklöße Schonkostgemüse <sup>60,G,L</sup> Bratapfel Eis <sup>A,C,G,HA,HB</sup>
	851 kcal, 31 g Eiweiß, 33 g Fett, 105 g KH	912 kcal, 19 g Eiweiß, 43 g Fett, 107 g KH	910 kcal, 33 g Eiweiß, 36 g Fett, 109 g KH
<b>Dienstag, 27.12.2022</b>	gebratene Hähnchenbrust Erdnusssoße <sup>A,E,G</sup> Duftreis <sup>G</sup> WOK Gemüse <sup>A!,1,3,A,F,N</sup> Götterspeise Waldmeister	Schupfnudel Gemüse Pfanne <sup>A,C</sup> Tomatensoße <sup>A</sup> Götterspeise Waldmeister	Hähnchenbrust in Riesling <sup>60,C,G,L,O</sup> Rahmsoße <sup>A,G</sup> Duftreis <sup>G</sup> Schonkostgemüse <sup>60,G,L</sup> Götterspeise Waldmeister
	658 kcal, 31 g Eiweiß, 26 g Fett, 71 g KH	471 kcal, 10 g Eiweiß, 10 g Fett, 81 g KH	747 kcal, 38 g Eiweiß, 29 g Fett, 77 g KH
<b>Mittwoch, 28.12.2022</b>	Rindersaftgulasch <sup>A</sup> Bandnudel <sup>A,C,G</sup> bunte Karottenstäbchen Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>	Falafel-Bagel <sup>A</sup> Potatos Wedges gemischter Salat Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>	Rindfleischstreifen LV <sup>A,M,O</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> gemischter Salat Heidelbeere-Quark <sup>G</sup>
	446 kcal, 14 g Eiweiß, 13 g Fett, 64 g KH	562 kcal, 15 g Eiweiß, 22 g Fett, 73 g KH	447 kcal, 12 g Eiweiß, 24 g Fett, 42 g KH
<b>Donnerstag, 29.12.2022</b>	Nürnberger Rostbratwürst- chen <sup>L,M</sup> Röstzwiebeln <sup>A</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Rahmwirsing <sup>G</sup> Ananaskompott	Grießschnitte <sup>A!,A,C,G</sup> Fruchtsoße <sup>O</sup> Ananaskompott	Bratwurst <sup>60,L,M</sup> Bratensoße <sup>A</sup> Salzkartoffel gemischter Salat Ananaskompott
	677 kcal, 23 g Eiweiß, 41 g Fett, 49 g KH	411 kcal, 11 g Eiweiß, 12 g Fett, 60 g KH	717 kcal, 18 g Eiweiß, 48 g Fett, 50 g KH
<b>Freitag, 30.12.2022</b>	gebratenes Rotbarschfilet <sup>D</sup> Remouladensoße <sup>A!,2,4,C,G,M</sup> Kartoffelsalat <sup>60,1,3,4,L,M</sup> Obst der Saison	Tortellini mit Riccotafüllung <sup>A!,A,G</sup> Gemüsesoße <sup>60,A,G,L</sup> gemischter Salat Obst der Saison	pochiertes Schollenfilet <sup>D,O</sup> Kräutersoße <sup>A,G</sup> Petersilienkartoffel <sup>G</sup> gemischter Salat Obst der Saison
	419 kcal, 31 g Eiweiß, 19 g Fett, 28 g KH	491 kcal, 14 g Eiweiß, 19 g Fett, 66 g KH	374 kcal, 25 g Eiweiß, 13 g Fett, 36 g KH
<b>Samstag, 31.12.2022</b>	Chili con Carne <sup>A,100</sup> Baguette <sup>A</sup> Mousse au Chocolate <sup>G</sup>	Baguette <sup>A</sup> Mousse au Chocolate <sup>G</sup>	Baguette <sup>A</sup> Mousse au Chocolate <sup>G</sup>
	637 kcal, 21 g Eiweiß, 28 g Fett, 71 g KH	428 kcal, 12 g Eiweiß, 14 g Fett, 62 g KH	428 kcal, 12 g Eiweiß, 14 g Fett, 62 g KH
<b>Sonntag, 01.01.2023</b>	Rippchen <sup>1,2,G,L</sup> Bratensoße <sup>A</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Sauerkraut Quarkspeise mit Früchten <sup>G</sup>	Gemüsefrikadelle <sup>A!,A,C</sup> Bärlauch Dip <sup>G</sup> gemischter Salat Quarkspeise mit Früchten <sup>G</sup>	Rippchen <sup>1,2,G,L</sup> Bratensoße <sup>A</sup> Kartoffelpüree <sup>G,O</sup> Sauerkraut Quarkspeise mit Früchten <sup>G</sup>
	412 kcal, 15 g Eiweiß, 19 g Fett, 42 g KH	503 kcal, 22 g Eiweiß, 25 g Fett, 45 g KH	412 kcal, 15 g Eiweiß, 19 g Fett, 42 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel  
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AE) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (AD) Hafer und Hafererzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (E) Erdnüsse und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (HA) Mandeln und Mandelerzeugnisse; (HB) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (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!