

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 16.01.2023	Königsberger Klopse ^{A,C,G,100} Butterreis ^G gemischter Salat Götterspeise Tropic	Grünkohl Hanf Burger Salzkartoffel Letschogemüse Götterspeise Tropic	Kartoffel-Schinkenauflauf ^{C,G,100} Tomatensoße ^A gemischter Salat Götterspeise Tropic
	396 kcal, 10 g Eiweiß, 18 g Fett, 48 g KH	456 kcal, 16 g Eiweiß, 10 g Fett, 74 g KH	408 kcal, 14 g Eiweiß, 18 g Fett, 45 g KH
Dienstag, 17.01.2023	Kasseler Kotelett ^{1,2} Bratensoße ^A Kartoffelpüree ^{G,O} Bohnen ^G Buttermilch Dessert Orange.- Limete ^G	Gemüsestrudel ^{A,C,G,L} Käsesoße ^{A,G} Eisbergsalat in Joghurtdres- sing ^G Buttermilch Dessert Orange.- Limete ^G	Schweinenacknbraten, LV ^{60,A,L,100} Kartoffelpüree ^{G,O} Kohlrabi ^G Buttermilch Dessert Orange.- Limete ^G
	450 kcal, 35 g Eiweiß, 18 g Fett, 33 g KH	324 kcal, 8 g Eiweiß, 16 g Fett, 37 g KH	268 kcal, 7 g Eiweiß, 11 g Fett, 31 g KH
Mittwoch, 18.01.2023	Kräuter-Rührei mit Schinken ^{1,2,C} Bratkartoffeln Kopfsalat Obstsalat	Hefeklöße ^{A,C,G} Vanillesoße ^G Obstsalat	Kräuter-Rührei mit Schinken ^{1,2,C} Kartoffelpüree ^{G,O} Kopfsalat Obstsalat
	559 kcal, 26 g Eiweiß, 27 g Fett, 49 g KH	571 kcal, 16 g Eiweiß, 7 g Fett, 110 g KH	550 kcal, 26 g Eiweiß, 29 g Fett, 43 g KH
Donnerstag, 19.01.2023	Radeberger Biergulasch ^{60,A,AC,G,L,100} Bandnudel ^{A,C,G} Pariser Karotten ^G Heidelbeere-Quark ^G	Polentatasche ^{A,G} Salbeisoße ^A Schwenkgemüse Heidelbeere-Quark ^G	Schweineschnitzel, Natur, LV ¹⁰⁰ Butterreis ^G Kopfsalat Heidelbeere-Quark ^G
	493 kcal, 14 g Eiweiß, 19 g Fett, 60 g KH	530 kcal, 27 g Eiweiß, 18 g Fett, 60 g KH	370 kcal, 9 g Eiweiß, 15 g Fett, 47 g KH
Freitag, 20.01.2023	pochiertes Seehechtfilet ^{D,O} Krabben-Dillrahmssoße ^{1,A,B,G} Salzkartoffel Gurkensalat ^G Obst der Saison	Penne ^A mit Gorgonzola und Blattspi- nat ^{A!,60,A,G,L} Kopfsalat Obst der Saison	pochiertes Seelachsfilet ^{D,O} Kräutersoße ^{A,G} Petersilienkartoffel ^G Kopfsalat Obst der Saison
	358 kcal, 32 g Eiweiß, 9 g Fett, 36 g KH	3688 kcal, 123 g Eiweiß, 25 g Fett, 726 g KH	385 kcal, 30 g Eiweiß, 14 g Fett, 34 g KH
Samstag, 21.01.2023	Linseneintopf ^{60,1,L,100} Wiener Würstchen ^{60,1} Caramel-Vanillestrudel ^G	Karotten-Ingwer Eintopf ^{60,L} Caramel-Vanillestrudel ^G	Blumenkohl-Karotteneintopf - mit Reis ^L Wiener Würstchen ^{60,1} Caramel-Vanillestrudel ^G
	314 kcal, 14 g Eiweiß, 6 g Fett, 48 g KH	209 kcal, 6 g Eiweiß, 5 g Fett, 34 g KH	305 kcal, 9 g Eiweiß, 5 g Fett, 54 g KH
Sonntag, 22.01.2023	geschmorte Kaninchenkeule ^{A,O} Spätzle ^{A!,A,C,G} Rosenkohl ^G Erdbeere Eisbecher ^G	Käsemedallion ^{A!,60,A,AE,C,F,G,N} Kartoffelpüree ^{G,O} Rahmgemüse ^{A,G} Erdbeere Eisbecher ^G	Rinderbraten, LV ^{60,A,L} Spätzle ^{A!,A,C,G} Kaisergemüse ^G Erdbeere Eisbecher ^G
	410 kcal, 13 g Eiweiß, 14 g Fett, 53 g KH	681 kcal, 19 g Eiweiß, 28 g Fett, 82 g KH	387 kcal, 11 g Eiweiß, 13 g Fett, 55 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel

Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AE) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (AC) Gerste und Gersteerzeugnisse; (B) Krebstiere und -erzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (L) Sellerie und -erzeugnisse; (N) Sesamsamen 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!