

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 30.01.2023	Ragù di manzo (Rindfleischwürfel mit Gemüse in Rotwein geschmort) ^{60,G,L,O} Penne Nudel ^A gemischter Salat Obstsalat 513 kcal, 14 g Eiweiß, 15 g Fett, 82 g KH	Apfelkühle ^{A,G} Vanillesoße ^G Obstsalat 487 kcal, 8 g Eiweiß, 17 g Fett, 73 g KH	Bolognese ^{60,A,L,100} Spaghetti ^{A,G} gemischter Salat Obstsalat 565 kcal, 19 g Eiweiß, 26 g Fett, 63 g KH
Dienstag, 31.01.2023	Hähnchenbrustfilet in Käse-Eihülle ^{A!,A,C,G,P} Bratkartoffeln Paprikagemüse Fruchtpudding Pfirsich Aprikose ^{1,G} 704 kcal, 26 g Eiweiß, 37 g Fett, 65 g KH	Teigtasche gefüllt mit Zucchini und geröstetem Sesam ^{A,C,G,N} Pesto Alla Genovese ^{1,G,HD} gemischter Salat Fruchtpudding Pfirsich Aprikose ^{1,G} 590 kcal, 15 g Eiweiß, 30 g Fett, 62 g KH	Putensteak LV Bratensoße ^A Kartoffeln Schonkostgemüse ^{60,G,L} Fruchtpudding Pfirsich Aprikose ^{1,G} 317 kcal, 7 g Eiweiß, 11 g Fett, 45 g KH
Mittwoch, 01.02.2023	geschnetzelte Leber Berliner ^{A,O} Butterreis ^G Salat der Saison Schattenmorelle Kompott 414 kcal, 6 g Eiweiß, 16 g Fett, 58 g KH	vegetarisch gefüllte Paprikaschote ^{A,L,M} Tomatensoße ^A Schattenmorelle Kompott 981 kcal, 49 g Eiweiß, 39 g Fett, 93 g KH	geschnetzelte Leber Berliner ^{A,O} Butterreis ^G Kohlrabi ^G Schattenmorelle Kompott 410 kcal, 7 g Eiweiß, 13 g Fett, 62 g KH
Donnerstag, 02.02.2023	Kohlroulade ^{A!,A,C,G,M} Kartoffelpüree mit Speck und Frühlingszwiebeln ^{1,G,100} Mango -Joghurt ^G 633 kcal, 16 g Eiweiß, 38 g Fett, 54 g KH	Weizenrisotto ^{1,A,C,G,L} Käsesoße ^{A,G} gemischter Salat Mango -Joghurt ^G 527 kcal, 17 g Eiweiß, 22 g Fett, 64 g KH	Nürnberger Rostbratwürstchen ^{L,M} Kartoffelpüree ^{G,O} Schonkostgemüse ^{60,G,L} Mango -Joghurt ^G 601 kcal, 23 g Eiweiß, 34 g Fett, 48 g KH
Freitag, 03.02.2023	Schollenfilet "Finkenwerder Art" ^{A!,1,2,A,D,100} Salzkartoffel Gurkensalat ^G Obst der Saison 579 kcal, 25 g Eiweiß, 29 g Fett, 51 g KH	Soja Geschnetzeltes "Gyros Art" ^{A,C,F,L} Tzatziki ^G Fladenbrot ^A Krautsalat Obst der Saison 793 kcal, 45 g Eiweiß, 21 g Fett, 104 g KH	gebratene Taunus Forelle ^{A,D} Soße zu Fisch ^{A,B,D,G,O,R} Salzkartoffel gemischter Salat Obst der Saison 421 kcal, 23 g Eiweiß, 19 g Fett, 36 g KH
Samstag, 04.02.2023	Bratapfel-Joghurt ^G 99 kcal, 3 g Eiweiß, 3 g Fett, 14 g KH	Laucheintopf Bratapfel-Joghurt ^G 175 kcal, 6 g Eiweiß, 3 g Fett, 28 g KH	Vegetarischer Steckrübenintopf Bockwurst ^{60,1,2,L,M} Bratapfel-Joghurt ^G 459 kcal, 18 g Eiweiß, 31 g Fett, 25 g KH
Sonntag, 05.02.2023	Wildschweinbraten- ^{60,1,2,A,L,O} Spätzle ^{A!,A,C,G} Rosenkohl ^G Fürst Pückler Eisbecher ^{4,6,10,G} 454 kcal, 15 g Eiweiß, 15 g Fett, 53 g KH	Süßkartoffel-Gnocchi Gemüsecurry ^{A,G} Tomatensalat Fürst Pückler Eisbecher ^{4,6,10,G} 629 kcal, 13 g Eiweiß, 18 g Fett, 92 g KH	Wildschweinbraten- ^{60,1,2,A,L,O} Spätzle ^{A!,A,C,G} Wachsbrechbohnen ^G Fürst Pückler Eisbecher ^{4,6,10,G} 438 kcal, 13 g Eiweiß, 14 g Fett, 56 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Süßungsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; (10) enthält eine Phenylalaninquelle
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (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 10/mg/l, als SO₂ angegeben; (P) Lupine und -erzeugnisse; (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!