Traute und Hans Matthöfer
Essen auf Rädern
Speiseplan vom 12.02.2024 - 18.02.2024

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 12.02.2024	Hackfleischbällchen in Tomatensoße A,C,G Spaghetti A,G gemischter Salat Obstsalat	Apfelküchle A,G Vanillesoße G Obstsalat	Bolognese 60,A,L,100 Spaghetti A,G gemischter Salat Obstsalat
	578 kcal, 20 g Eiweiß, 23 g Fett, 72 g KH	487 kcal, 8 g Eiweiß, 17 g Fett, 73 g KH	558 kcal, 19 g Eiweiß, 26 g Fett, 61 g KH
Dienstag, 13.02.2024	Hähnchenbrustfilet in Käse-Eihülle A!,A,C,G,P Bratkartoffeln Paprikagemüse Fruchtpudding Pfirsch Aprikose 1,G	Teigtasche gefüllt mit Zucchini und geröstetem Sesam A,C,G,N Pesto Alla Genovese 1,G,HD gemischter Salat Fruchtpudding Pfirsch Aprikose 1,G	Putensteak LV Bratensoße A Kartoffeln Schonkostgemüse 60,G,L Fruchtpudding Pfirsch Aprikose 1,G
	729 kcal, 26 g Eiweiß, 38 g Fett, 68 g KH	590 kcal, 15 g Eiweiß, 30 g Fett, 62 g KH	359 kcal, 7 g Eiweiß, 14 g Fett, 47 g KH
Mittwoch, 14.02.2024	Heringsstipp 1,6,C,D,G,M Pellkartoffel Schattenmorelle Kompott	vegetarisch gefüllte Paprikaschote A,L,M Tomatensoße A Reis Schattenmorelle Kompott	pochiertes Seelachsfilet D,O Dillsoße A,G Salzkartoffel Blattspinat G Schattenmorelle Kompott
	665 kcal, 12 g Eiweiß, 45 g Fett, 49 g KH	416 kcal, 12 g Eiweiß, 9 g Fett, 66 g KH	447 kcal, 35 g Eiweiß, 10 g Fett, 50 g KH
Donnerstag, 15.02.2024	Kohlroulade A!,A,C,G,M Kartoffeln Mango -Joghurt G	Weizenrisotto 1,A,C,G,L Käsesoße A,G gemischter Salat Mango -Joghurt G	Nürnberger Rostbratwürstchen L,M Kartoffelpüree G,O Schonkostgemüse 60,G,L Mango -Joghurt G
	503 kcal, 13 g Eiweiß, 30 g Fett, 44 g KH	584 kcal, 19 g Eiweiß, 27 g Fett, 65 g KH	602 kcal, 23 g Eiweiß, 34 g Fett, 48 g KH
Freitag, 16.02.2024	Schollenfilet "Finkenwerder Art" A!,1,2,A,D,100 Salzkartoffel Endiviensalat Obst der Saison	Soja Geschnetzeltes "Gyros Art" A,C,F,L Tzatziki G Fladenbrot A Krautsalat Obst der Saison	pochiertes Schollenfilet D,O Soße zu Fisch A,B,D,G,O,R Salzkartoffel gemischter Salat Obst der Saison
	559 kcal, 24 g Eiweiß, 29 g Fett, 47 g KH	534 kcal, 33 g Eiweiß, 16 g Fett, 63 g KH	364 kcal, 25 g Eiweiß, 12 g Fett, 37 g KH
Samstag, 17.02.2024	Kichererbseneintopf mit Chorizo A!,60,L Bratapfel-Joghurt G	Laucheintopf Bratapfel-Joghurt G	Vegetarischer Steckrübeneintopf Bockwurst 60,1,2,L,M Bratapfel-Joghurt G
	204 kcal, 8 g Eiweiß, 10 g Fett, 20 g KH	175 kcal, 6 g Eiweiß, 3 g Fett, 28 g KH	456 kcal, 18 g Eiweiß, 31 g Fett, 25 g KH
Sonntag, 18.02.2024	Wildschweinbraten- 60,1,2,A,L,O Spätzle A!,A,C,G Rosenkohl G Schokoeisbecher G	Süßkartoffel-Gnocchi Gemüsecurry A,G Tomatensalat Schokoeisbecher G	Wildschweinbraten- 60,1,2,A,L,O Spätzle A!,A,C,G Wachsbrechbohnen G Schokoeisbecher G
	485 kcal, 15 g Eiweiß, 17 g Fett, 64 g KH	669 kcal, 13 g Eiweiß, 20 g Fett, 103 g KH	453 kcal, 12 g Eiweiß, 15 g Fett, 65 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel
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 Schweinfleisch

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!