Traute und Hans Matthöfer
Essen auf Rädern
Speiseplan vom 11.03.2024 - 17.03.2024

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 11.03.2024	Schweineschnitzel " Wiener Art" A,100 Bratensoße A Bratkartoffeln Rahmblumenkohl A,G Pfirsichkompott 2	Topfenknödel mit Marillen Füllung A,G Vanillesoße G Pfirsichkompott 2	Kartoffeln Blumenkohl G Pfirsichkompott 2
	597 kcal, 26 g Eiweiß, 22 g Fett, 66 g KH	580 kcal, 16 g Eiweiß, 14 g Fett, 92 g KH	226 kcal, 7 g Eiweiß, 4 g Fett, 37 g KH
Dienstag, 12.03.2024	Jahrmarktspuffer A,C Apfelmus 2 Panna Cotta G Fruchtmark	Gemüse Farfallepfanne A!,3,A geräuchertem Tofu A,F gemischter Salat Panna Cotta G Fruchtmark	Eierpfannkuchen A,C,G Apfelmus 2 Panna Cotta G Fruchtmark
	508 kcal, 11 g Eiweiß, 8 g Fett, 94 g KH	553 kcal, 25 g Eiweiß, 21 g Fett, 64 g KH	529 kcal, 14 g Eiweiß, 12 g Fett, 88 g KH
Mittwoch, 13.03.2024	gegrillter Schweinenacken Kümmel-Jus A Bunter-Kartoffelsalat 60,1,3,4,L Schattenmorelle Kompott	gebackene Champignons A,C Remouladensoße A!,2,4,C,G,M gemischter Salat Schattenmorelle Kompott	Schweinenackenbraten, LV 60,A,L,100 Kartoffelpüree G,O Schonkostgemüse 60,G,L Schattenmorelle Kompott
	304 kcal, 4 g Eiweiß, 10 g Fett, 45 g KH	522 kcal, 14 g Eiweiß, 25 g Fett, 56 g KH	339 kcal, 6 g Eiweiß, 11 g Fett, 49 g KH
Donnerstag, 14.03.2024	Mettwürstchen 1,2,100 Grünkohl G Petersilienkartoffel G Buttermilch Dessert Rhabarber-Vanille G	Spinatknödel A,C,G Kräutersoße A,G gemischter Salat Buttermilch Dessert Rhabarber-Vanille G	Hacksteak LV A,C,F Bratensoße A Kartoffelpüree G,O Salatmix Buttermilch Dessert Rhabarber-Vanille G
	675 kcal, 28 g Eiweiß, 40 g Fett, 45 g KH	516 kcal, 20 g Eiweiß, 23 g Fett, 55 g KH	435 kcal, 12 g Eiweiß, 21 g Fett, 46 g KH
Freitag, 15.03.2024	"Fish and Chips" (Backfisch - mit frittierten Kartoffeln) A,AE,C,D Sauce Tatar 2,4,C,G,M Obst der Saison	Vegetarische Cannelloni A!,60,A,C,G Kopfsalat Obst der Saison	Rotbarschfilet 60,D,L,O Salzkartoffel Blattspinat G Obst der Saison
	496 kcal, 28 g Eiweiß, 22 g Fett, 44 g KH	485 kcal, 22 g Eiweiß, 20 g Fett, 53 g KH	314 kcal, 28 g Eiweiß, 8 g Fett, 29 g KH
Samstag, 16.03.2024	Graupensuppe mit Rindfleisch A,AC,G,L Fruchtjoghurt G	Chinakohleintopf L Fruchtjoghurt G	Chinakohleintopf L Wiener Würstchen 60,1 Fruchtjoghurt G
	159 kcal, 5 g Eiweiß, 3 g Fett, 28 g KH	196 kcal, 6 g Eiweiß, 2 g Fett, 38 g KH	474 kcal, 18 g Eiweiß, 27 g Fett, 39 g KH
Sonntag, 17.03.2024	geschmorte Putenbrust 60,A,L,O Pilzrahmsoße A!,A,G,O Herzoginkartoffeln A!,C,G Kaisergemüse G Eistörtchen Donau F,G	Eierfrikasse A,C,G Petersilienkartoffel G gemischter Salat Eistörtchen Donau F,G	Putensteak LV Bratensoße A Butterknöpfle A,AE,C,G Kaisergemüse G Eistörtchen Donau F,G
	815 kcal, 13 g Eiweiß, 49 g Fett, 79 g KH	603 kcal, 15 g Eiweiß, 31 g Fett, 65 g KH	638 kcal, 14 g Eiweiß, 34 g Fett, 68 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; (AC) Gerste und Gersteerzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (L) Sellerie und -erzeugnisse; (M) Senf und -erzeugnisse; (O) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben; (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!