

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 04.07.2022	Rinderfrikadelle mit Käse gefüllt ^{A,C,F,G} Bratkartoffeln Dreierlei-Bohnsalat ^{2,4} Pfirsichkompott ²	Grießschnitte ^{A!,A,C,G} Fruchtsoße ^O Pfirsichkompott ²	Hacksteak LV ^{A,C,F} Kartoffeln Blumenkohl ^G Pfirsichkompott ²
	639 kcal, 29 g Eiweiß, 27 g Fett, 62 g KH	412 kcal, 12 g Eiweiß, 12 g Fett, 60 g KH	282 kcal, 11 g Eiweiß, 7 g Fett, 42 g KH
Dienstag, 05.07.2022	Jahrmarktpuffer ^{A,C} Apfelmus ² Panna Cotta ^G Fruchtmark	Gemüse Tortilla ^C Joghurt Dip ^G gemischter Salat Panna Cotta ^G Fruchtmark	Hacksteak LV ^{A,C,F} Bratensoße ^A Kartoffeln Salatmix Panna Cotta ^G Fruchtmark
	508 kcal, 11 g Eiweiß, 8 g Fett, 94 g KH	578 kcal, 17 g Eiweiß, 31 g Fett, 54 g KH	417 kcal, 11 g Eiweiß, 18 g Fett, 52 g KH
Mittwoch, 06.07.2022	Rindersaftgulasch ^A Bunte Nudeln ^A Gurkensalat ^G Mirabellenkompott ²	Vegetarisches Moussaka ^{3,A,C,F,G} gemischter Salat Mirabellenkompott ²	Hühnerfrikassee ^{A,G} Reis Schonkostgemüse ^{60,G,L} Mirabellenkompott ²
	318 kcal, 8 g Eiweiß, 5 g Fett, 57 g KH	339 kcal, 9 g Eiweiß, 14 g Fett, 42 g KH	494 kcal, 30 g Eiweiß, 13 g Fett, 61 g KH
Donnerstag, 07.07.2022	gefüllte Paprika ^{A!,A,C,100} Kartoffelpüree ^{G,O} Kirsch Joghurt ^G	Bunte Linsenpfanne mit frisch Käse ^{60,G,L} Kräutersoße ^{A,G} gemischter Salat Kirsch Joghurt ^G	Eierpfannkuchen ^{A,C,G} Apfelmus ² Kirsch Joghurt ^G
	459 kcal, 14 g Eiweiß, 22 g Fett, 47 g KH	376 kcal, 10 g Eiweiß, 21 g Fett, 35 g KH	479 kcal, 15 g Eiweiß, 9 g Fett, 82 g KH
Freitag, 08.07.2022	gebratenes Rotbarschfilet ^D Weißweinsoße ^{A,G,O} Salzkartoffel Blattspinat ^G 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
	413 kcal, 33 g Eiweiß, 14 g Fett, 34 g KH	500 kcal, 21 g Eiweiß, 18 g Fett, 63 g KH	314 kcal, 28 g Eiweiß, 8 g Fett, 29 g KH
Samstag, 09.07.2022	Gemüse Eintopf mit Nudel und Rindfleisch ^{A,C,L} Fruchtjoghurt ^G	Chinakohleintopf ^L Fruchtjoghurt ^G	Chinakohleintopf ^L Wiener Würstchen ^{60,1} Fruchtjoghurt ^G
	274 kcal, 13 g Eiweiß, 3 g Fett, 47 g KH	212 kcal, 6 g Eiweiß, 2 g Fett, 41 g KH	212 kcal, 6 g Eiweiß, 2 g Fett, 41 g KH
Sonntag, 10.07.2022	Schweinefilet-Topf "Jäger Art" ^{A,100} Butterknöpfe ^{A,AE,C,G} Feldsalat Eistörtchen Donau ^{A,AC,F,G}	Eierfrikasse ^{A,C,G} Petersilienkartoffel ^G gemischter Salat Eistörtchen Donau ^{A,AC,F,G}	Schweinenackenbraten, LV ^{60,A,L,100} Bratensoße ^A Butterknöpfe ^{A,AE,C,G} Kaisergemüse ^G Eistörtchen Donau ^{A,AC,F,G}
	705 kcal, 32 g Eiweiß, 35 g Fett, 63 g KH	603 kcal, 15 g Eiweiß, 31 g Fett, 65 g KH	658 kcal, 16 g Eiweiß, 32 g Fett, 76 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; (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!