

| Tag                               | Menü 1  | Menü 2  | Menü 3  |
|-----------------------------------|---|---|---|
| <b>Montag,<br/>11.07.2022</b>     | überbackener Rahmblumen-<br>kohl mit gekochten Schinken<br>1,2,A,G,100<br>Salzkartoffel<br>Endiviensalat<br>Sahne-Karamelpudding <sup>G</sup><br>449 kcal, 18 g Eiweiß, 18 g Fett, 51 g KH                            | Gemüselasagne <sup>A!,1,A,G</sup><br>gemischter Salat<br>Sahne-Karamelpudding <sup>G</sup><br>422 kcal, 8 g Eiweiß, 28 g Fett, 36 g KH  | gebackener Fleischkäse<br>Bratensoße <sup>A</sup><br>Kartoffelpüree <sup>G,O</sup><br>Schwarzwurzel <sup>2,G</sup><br>Sahne-Karamelpudding <sup>G</sup><br>638 kcal, 21 g Eiweiß, 37 g Fett, 52 g KH  |
| <b>Dienstag,<br/>12.07.2022</b>   | Putengeschnetzeltes in Pikan-<br>ter-Currysoße <sup>A,G</sup><br>Duftreis <sup>G</sup><br>Zuckererbsenschoten<br>Götterspeise Waldmeister<br>flüssige Sahne <sup>G</sup><br>557 kcal, 12 g Eiweiß, 24 g Fett, 69 g KH | Schupfnudel Gemüse Pfanne<br><sup>A,C</sup><br>Tomatensoße <sup>A</sup><br>Götterspeise Waldmeister<br>flüssige Sahne <sup>G</sup><br>599 kcal, 14 g Eiweiß, 22 g Fett, 82 g KH                             | Hähnchenbrust in Riesling<br><sup>60,C,G,L,O</sup><br>Rahmsoße <sup>A,G</sup><br>Duftreis <sup>G</sup><br>Schonkostgemüse <sup>60,G,L</sup><br>Götterspeise Waldmeister<br>flüssige Sahne <sup>G</sup><br>879 kcal, 42 g Eiweiß, 41 g Fett, 79 g KH |
| <b>Mittwoch,<br/>13.07.2022</b>   | Kaiserschmarren <sup>A!,A,C,G,HA</sup><br>Vanillesoße <sup>G</sup><br>Apfel Kompott <sup>2</sup><br>570 kcal, 16 g Eiweiß, 16 g Fett, 86 g KH   | Falafel-Bagel <sup>A</sup><br>Potatos Wedges<br>gemischter Salat<br>Apfel Kompott <sup>2</sup><br>552 kcal, 9 g Eiweiß, 17 g Fett, 84 g KH  | Rindfleischstreifen LV <sup>A,M,O</sup><br>Kartoffelpüree <sup>G,O</sup><br>gemischter Salat<br>Apfel Kompott <sup>2</sup><br>437 kcal, 6 g Eiweiß, 20 g Fett, 53 g KH  |
| <b>Donnerstag,<br/>14.07.2022</b> | gebackener Fleischkäse<br>Spiegelei <sup>C</sup><br>Bratkartoffeln<br>Tomatensalat<br>Heidelbeere-Quark <sup>G</sup><br>699 kcal, 34 g Eiweiß, 41 g Fett, 45 g KH   | geschmorter Chicoree mit<br>Parmesankruste <sup>1,C,G,HA,O</sup><br>Salbeisoße <sup>A</sup><br>Schwenkkartoffel <sup>G</sup><br>Heidelbeere-Quark <sup>G</sup><br>924 kcal, 37 g Eiweiß, 62 g Fett, 53 g KH | Bratwurst <sup>60,L,M</sup><br>Bratensoße <sup>A</sup><br>Salzkartoffel<br>gemischter Salat<br>Heidelbeere-Quark <sup>G</sup><br>782 kcal, 24 g Eiweiß, 52 g Fett, 51 g KH  |
| <b>Freitag,<br/>15.07.2022</b>    | Paella- <sup>B,D,R</sup><br>Tomatensalat<br>Obst der Saison<br>562 kcal, 17 g Eiweiß, 37 g Fett, 38 g KH  | Tortellini mit Riccotafüllung<br><sup>A!,A,G</sup><br>Gemüsesoße <sup>60,A,G,L</sup><br>gemischter Salat<br>Obst der Saison<br>491 kcal, 14 g Eiweiß, 19 g Fett, 66 g KH                                    | pochiertes Schollenfilet <sup>D,O</sup><br>Kräutersoße <sup>A,G</sup><br>Petersilienkartoffel <sup>G</sup><br>gemischter Salat<br>Obst der Saison<br>374 kcal, 25 g Eiweiß, 13 g Fett, 36 g KH  |
| <b>Samstag,<br/>16.07.2022</b>    | Erbseneintopf <sup>60,1,L,100</sup><br>Wiener Würstchen <sup>60,1</sup><br>Erdbeerpudding mit Sahne <sup>G</sup><br>323 kcal, 13 g Eiweiß, 4 g Fett, 55 g KH  | Staudensellerieeintopf <sup>60,L</sup><br>Erdbeerpudding mit Sahne <sup>G</sup><br>183 kcal, 4 g Eiweiß, 2 g Fett, 35 g KH  | Staudensellerieeintopf <sup>60,L</sup><br>Bockwurst <sup>60,1,2,L,M</sup><br>Erdbeerpudding mit Sahne <sup>G</sup><br>488 kcal, 17 g Eiweiß, 30 g Fett, 36 g KH   |
| <b>Sonntag,<br/>17.07.2022</b>    | Schweinensenfbraten<br><sup>60,1,2,A,L,M,O</sup><br>Kartoffelpüree <sup>G,O</sup><br>Kaisergemüse <sup>G</sup><br>Schokoeisbecher <sup>G</sup><br>773 kcal, 37 g Eiweiß, 43 g Fett, 57 g KH                           | Vollkorn Pilz Bratling<br><sup>A!,60,1,A,AE,AD,C,G,L,N</sup><br>Tomaten-Spaghetti <sup>A,G</sup><br>Salat der Saison<br>Schokoeisbecher <sup>G</sup><br>795 kcal, 16 g Eiweiß, 38 g Fett, 92 g KH           | Schweinenackenbraten, LV<br><sup>60,A,L,100</sup><br>Kartoffelpüree <sup>G,O</sup><br>Brokkoli <sup>G</sup><br>Schokoeisbecher <sup>G</sup><br>435 kcal, 12 g Eiweiß, 19 g Fett, 49 g KH  |

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

Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AE) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (AD) Hafer und Hafererzeugnisse; (B) Krebstiere und -erzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (HA) Mandeln und Mandelerzeugnisse; (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 SO<sub>2</sub> angegeben; (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!