

Tag	Menü 1	Menü 2
Montag, 18.01.2021	Hackfleischbällchen ^{A,C} Tomaten-Ragout ^A Spaghetti ^{A,G} gemischter Salat Pfirsichkompott ²	Quarkkeulchen ^{A,C,G} Vanillesoße ^G Pfirsichkompott ²
	553 kcal, 14 g Eiweiß, 26 g Fett, 64 g KH	477 kcal, 10 g Eiweiß, 16 g Fett, 71 g KH
Dienstag, 19.01.2021	Pizza-Fleischkäse ^{1,2,G} Zwiebelsoße ^{A,G} Kartoffeln Rahmschwarzwurzel ^{A,G} Panna Cotta ^G Fruchtmark	Gemüse Farfallepfanne ^{A1,3,A} Kichererbsen Bällchen ^{A,L} gemischter Salat Panna Cotta ^G Fruchtmark
	670 kcal, 21 g Eiweiß, 38 g Fett, 60 g KH	637 kcal, 17 g Eiweiß, 24 g Fett, 84 g KH
Mittwoch, 20.01.2021	Schwenksteak ^{60,F,100} Bratensoße ^A Bratkartoffeln Feldsalat Mirabellenkompott ²	Vegetarisches Moussaka ^{3,A,C,F,G} gemischter Salat Mirabellenkompott ²
	616 kcal, 25 g Eiweiß, 34 g Fett, 51 g KH	345 kcal, 10 g Eiweiß, 14 g Fett, 42 g KH
Donnerstag, 21.01.2021	Hühnerleber "Berliner Art" ^{A,O} Kartoffelpüree ^{G,O} Kopfsalat Banana-Split Creme ^{F,G}	Bunte Linsenpfanne mit frisch Käse ^{60,G,L} Kräutersoße ^{A,G} gemischter Salat Banana-Split Creme ^{F,G}
	515 kcal, 21 g Eiweiß, 27 g Fett, 43 g KH	436 kcal, 11 g Eiweiß, 28 g Fett, 35 g KH
Freitag, 22.01.2021	Rotbarschfilet ^{60,D,L,O} Weißweinssoße ^{A,G,O} Salzkartoffel Blattspinat ^G Obst der Saison	Vegetarisch gebratene Maultaschen ^{A,C,L} Kopfsalat Obst der Saison
	551 kcal, 34 g Eiweiß, 15 g Fett, 67 g KH	540 kcal, 16 g Eiweiß, 15 g Fett, 84 g KH
Samstag, 23.01.2021	Gemüse Eintopf mit Nudel und Rindfleisch ^{A,C,L} Kaiserbrötchen ^{A,F} Fruchtjoghurt ^G	Chinakohleintopf ^L Kaiserbrötchen ^{A,F} Fruchtjoghurt ^G
	450 kcal, 18 g Eiweiß, 4 g Fett, 83 g KH	388 kcal, 12 g Eiweiß, 3 g Fett, 77 g KH
Sonntag, 24.01.2021	Schweinensenbraten ^{60,1,2,A,L,M,O} Bratensoße ^A Kartoffelklöße Bayrisch Kraut ^G Erdbeere Eisbecher ^G	Allgäuer Käsespätzle ^{A,C,G,100} Tomatensalat Erdbeere Eisbecher ^G
	812 kcal, 33 g Eiweiß, 40 g Fett, 77 g KH	420 kcal, 15 g Eiweiß, 18 g Fett, 48 g KH
Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (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 Schweinefleisch		

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an das Küchenteam.
Tel.: 069-40504-127 / -182 E-Mail: kueche.asz@awo-frankfurt.de

Das Küchenteam wünscht einen guten Appetit.

Änderungen sind dem Küchenteam jederzeit vorbehalten!