

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 13.01.2025	gebackener Fleischkäse Zwiebelsoße ^{A,G} Salzkartoffel Schwarzwurzel ^{2,G} Schokoladenpudding ^G	Gemüselasagne ^{A!,1,A,G} gemischter Salat Schokoladenpudding ^G	gebackener Fleischkäse Bratensoße ^A Kartoffelpüree ^{G,O} Schwarzwurzel ^{2,G} Schokoladenpudding ^G
	634 kcal, 22 g Eiweiß, 32 g Fett, 62 g KH	437 kcal, 9 g Eiweiß, 27 g Fett, 40 g KH	646 kcal, 22 g Eiweiß, 36 g Fett, 55 g KH
Dienstag, 14.01.2025	gebratene Hähnchenbrust Erdnusssoße ^{A,E,G} Duftreis ^G WOK Gemüse ^{A!,1,3,A,F,N} Götterspeise Waldmeister	Schupfnudel Gemüse Pfanne ^{A,C} Tomatensoße ^A Götterspeise Waldmeister	Hähnchenbrust in Riesling ^{60,C,G,L,O} Rahmsoße ^{A,G} Duftreis ^G Schonkostgemüse ^{60,G,L} Götterspeise Waldmeister
	672 kcal, 34 g Eiweiß, 26 g Fett, 72 g KH	467 kcal, 12 g Eiweiß, 10 g Fett, 78 g KH	740 kcal, 41 g Eiweiß, 29 g Fett, 76 g KH
Mittwoch, 15.01.2025	Rindersaftgulasch ^A Bandnudel ^{A,C,G} bunte Karottenstäbchen Heidelbeere-Quark ^G	Falafel-Bagel ^A Potatos Wedges gemischter Salat Heidelbeere-Quark ^G	Rindfleischstreifen LV ^{A,M,O} Kartoffelpüree ^{G,O} gemischter Salat Heidelbeere-Quark ^G
	446 kcal, 14 g Eiweiß, 13 g Fett, 64 g KH	562 kcal, 15 g Eiweiß, 22 g Fett, 73 g KH	437 kcal, 12 g Eiweiß, 24 g Fett, 41 g KH
Donnerstag, 16.01.2025	Nürnberger Rostbratwürst- chen ^{L,M} Röstzwiebeln ^A Kartoffelpüree ^{G,O} Apfelsauerkraut ^{2,3} Ananaskompott	Quarkauflauf mit Früchten ^{A,C,G} Schokoladensoße ^G Ananaskompott	Bratwurst ^{60,L,M} Bratensoße ^A Salzkartoffel gemischter Salat Ananaskompott
	587 kcal, 21 g Eiweiß, 34 g Fett, 44 g KH	474 kcal, 25 g Eiweiß, 17 g Fett, 54 g KH	707 kcal, 17 g Eiweiß, 48 g Fett, 49 g KH
Freitag, 17.01.2025	gebratenes Rotbarschfilet ^D Remouladensoße ^{A!,2,4,C,G,M} Kartoffelsalat ^{60,1,3,4,L,M} Obst der Saison	Tortellini mit Riccotafüllung ^{A!,A,G} Gemüsesoße ^{60,A,G,L} gemischter Salat Obst der Saison	pochiertes Schollenfilet ^{D,O} Kräutersoße ^{A,G} Petersilienkartoffel ^G gemischter Salat Obst der Saison
	419 kcal, 31 g Eiweiß, 19 g Fett, 28 g KH	491 kcal, 14 g Eiweiß, 19 g Fett, 66 g KH	375 kcal, 25 g Eiweiß, 13 g Fett, 36 g KH
Samstag, 18.01.2025	Erbseintopf ^{60,1,L,100} Wiener Würstchen ^{60,1} Erdbeerpudding mit Sahne ^G	Staudensellerieeintopf ^{60,L} Erdbeerpudding mit Sahne ^G	Staudensellerieeintopf ^{60,L} Bockwurst ^{60,1,2,L,M} Erdbeerpudding mit Sahne ^G
	591 kcal, 25 g Eiweiß, 29 g Fett, 54 g KH	183 kcal, 4 g Eiweiß, 2 g Fett, 35 g KH	488 kcal, 17 g Eiweiß, 30 g Fett, 36 g KH
Sonntag, 19.01.2025	Putenrollbraten ^{60,A,F,L,O} Kartoffelpüree ^{G,O} Kaisergemüse ^G Amarenaeisbecher ^G	Gnocchi Spargelauf ^{A,C,G} Kräuterschaum ^{A,G} Endiviensalat Amarenaeisbecher ^G	Putenrollbraten ^{60,A,F,L,O} Kartoffelpüree ^{G,O} Brokkoli ^G Amarenaeisbecher ^G
	599 kcal, 25 g Eiweiß, 30 g Fett, 54 g KH	700 kcal, 13 g Eiweiß, 33 g Fett, 86 g KH	609 kcal, 26 g Eiweiß, 31 g Fett, 52 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; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (E) Erdnüsse und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (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 10mg/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!