

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag, 20.01.2025	Penne ^A pikante Tomatensoße (all'ar- rabiata) ^{1,A,C,G,100} gemischter Salat Buttermilch Vanilla-Birne ^G	Süßkartoffel-Amaranth-Burger Gemüsesoße ^{60,A,G,L} gemischter Salat Buttermilch Vanilla-Birne ^G	Schweinegeschnetzeltes, LV ^{A,G,100} Kartoffelpüree ^{G,O} Schonkostgemüse ^{60,G,L} Buttermilch Vanilla-Birne ^G
	636 kcal, 21 g Eiweiß, 23 g Fett, 84 g KH	507 kcal, 10 g Eiweiß, 30 g Fett, 47 g KH	545 kcal, 30 g Eiweiß, 24 g Fett, 49 g KH
Dienstag, 21.01.2025	gepöckelte Ochsenbrust ^{60,1,2,L} Meerrettichsoße ^{60,4,A,G,L,O} Salzkartoffel -Wirsing ^G Kirsch-Grütze ^O flüssige Sahne ^G	Kicherbsen-Bolognese ^{A,L} Makkaroni ^A Tomatensalat Kirsch-Grütze ^O flüssige Sahne ^G	gekochte Ochsenbrust ^{60,L} Kräutersoße ^{A,G} Salzkartoffel Rahmkohlrabi ^{A,G} Kirsch-Grütze ^O flüssige Sahne ^G
	692 kcal, 24 g Eiweiß, 40 g Fett, 55 g KH	809 kcal, 23 g Eiweiß, 18 g Fett, 133 g KH	449 kcal, 7 g Eiweiß, 21 g Fett, 54 g KH
Mittwoch, 22.01.2025	Schweineschnitzel ^{A1,A,100} Pilzrahmsoße ^{A1,A,G,O} Kartoffelecken Brokkoli ^G Mandarinenkompott	Gemüse Couscous ^A gemischter Salat Mandarinenkompott	Putenschnitzel ^{A1,A} Rahmsoße ^{A,G} Salzkartoffel Brokkoli ^G Mandarinenkompott
	751 kcal, 33 g Eiweiß, 29 g Fett, 83 g KH	481 kcal, 10 g Eiweiß, 19 g Fett, 63 g KH	469 kcal, 20 g Eiweiß, 15 g Fett, 59 g KH
Donnerstag, 23.01.2025	Geflügelfrikadelle ^{A1,A,C,G,M} Kartoffelpüree ^{G,O} Lauchgemüse ^{A,G} Nuss-Nougat Pudding ^{G,HB}	Linzenleibchen ^{A1,60,A,C,G,L} Salzkartoffel Rahmblumenkohl ^{A,G} Nuss-Nougat Pudding ^{G,HB}	Bratwurstschnecke ^{G,L,M,100} Bratensoße ^A Salzkartoffel Blumenkohl ^G Nuss-Nougat Pudding ^{G,HB}
	637 kcal, 25 g Eiweiß, 33 g Fett, 58 g KH	882 kcal, 33 g Eiweiß, 34 g Fett, 102 g KH	687 kcal, 23 g Eiweiß, 40 g Fett, 53 g KH
Freitag, 24.01.2025	Fischstäbchen ^{A,C,D} Salzkartoffel Rahmspinat ^{A,G} Obst der Saison	Blätterteigtasche mit mediter- raner Gemüsefüllung ^{A,C,G} gemischter Salat Obst der Saison	pochiertes Seehechtfilet ^{D,O} Dillrahmsoße ^{A,G} Salzkartoffel gemischter Salat Obst der Saison
	250 kcal, 12 g Eiweiß, 5 g Fett, 36 g KH	440 kcal, 13 g Eiweiß, 31 g Fett, 27 g KH	386 kcal, 30 g Eiweiß, 13 g Fett, 36 g KH
Samstag, 25.01.2025	weiße Bohnen-Eintopf mit Fleischeinlage ^{60,L,O} Saison-Joghurt ^G	Bio-Gemüse Kartoffeleintopf ^L Saison-Joghurt ^G	Kohlrabi Steckrübeneintopf - mit Rindfleisch Bockwurst ^{60,1,2,L,M} Saison-Joghurt ^G
	254 kcal, 11 g Eiweiß, 7 g Fett, 34 g KH	248 kcal, 12 g Eiweiß, 3 g Fett, 43 g KH	500 kcal, 21 g Eiweiß, 30 g Fett, 35 g KH
Sonntag, 26.01.2025	Sauerbraten ^{60,A,L,M} Kartoffelklöße Apfelrotkohl Eiskrönchen ^{F,G}	gekochte Eier ^C Senfsoße ^{A,G,M} Salzkartoffel gemischter Salat Eiskrönchen ^{F,G}	Rinderbraten, LV ^{60,A,L} Kartoffelklöße Schonkostgemüse ^{60,G,L} Eiskrönchen ^{F,G}
	444 kcal, 6 g Eiweiß, 14 g Fett, 71 g KH	597 kcal, 23 g Eiweiß, 32 g Fett, 53 g KH	437 kcal, 6 g Eiweiß, 12 g Fett, 73 g KH

Zusatzstoffe: (A!) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Süßungsmittel
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (HB) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (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.: 06171-6304-37 /-38 E-Mail: kueche.thmh@awo-frankfurt.de

Das Küchenteam wünscht einen guten Appetit.

Änderungen sind dem Küchenteam jederzeit vorbehalten!