


# Speiseplan

Westend, Oktober 2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.10.2023	03.10.2023	04.10.2023	05.10.2023	06.10.2023
	Tag der <b>Deutschen Einheit</b> 	Fusilli <sup>(A)</sup> mit Tomatenrahmsauce <sup>(F)</sup> Gurkensalat Obstauswahl	Putengulasch <sup>(L)</sup> Kartoffelpüree Romanesco Mango-Sorbet	Tilapiafilet paniert <sup>(A, C, D)</sup> Remouladensoße <sup>(C, F)</sup> Basmatireis Broccoli, Paprika Sticks Obstauswahl
09.10.2023	10.10.2023	11.10.2023	12.10.2023	13.10.2023
Spaghetti <sup>(A)</sup> Rinderbolognese <sup>(L)</sup> Gemischter Salat mit Essig/Öl Obstauswahl	Lachs aus dem Ofen <sup>(D)</sup> Zitronensauce <sup>(F)</sup> Zitronenspalten Basmatireis Erbsen Obstauswahl	Hamburger zum selbst belegen Rinderburger <sup>(A, C)</sup> Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Bratkartoffel, Ketchup <sup>(L)</sup> Obstauswahl	Falafel <sup>(A)</sup> Hummus <sup>(N)</sup> 2 Pitas <sup>(A)</sup> Israelischer Salat Vanilleeis <sup>(C, F)</sup>	Kürbiscremesuppe <sup>(F)</sup> 2 Borekas <sup>(A)</sup> Karotten Sticks Obstauswahl
Spaghetti <sup>(A)</sup> Gemüse-Bolognese <sup>(L)</sup> Gemischter Salat mit Essig/Öl Obstauswahl	Tofu Teriyaki <sup>(A, F, N)</sup> Zitronenspalten Basmatireis Erbsen Obstauswahl	Hamburger zum selbst belegen Veggieburger <sup>(A, C)</sup> Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Bratkartoffel, Ketchup <sup>(L)</sup> Obstauswahl	Falafel <sup>(A)</sup> Hummus <sup>(N)</sup> 2 Pitas <sup>(A)</sup> Israelischer Salat Vanilleeis <sup>(C, F)</sup>	Kürbiscremesuppe <sup>(F)</sup> 2 Borekas <sup>(A)</sup> Karotten Sticks Obstauswahl
16.10.2023	17.10.2023	18.10.2023	19.10.2023	20.10.2023
2 Hotdogs Geflügelwiener Brötchen <sup>(A)</sup> Essiggurken, Röstzwiebeln Ketchup <sup>(L)</sup> , Schwenkkartoffel Obstauswahl	Chili sin Carne Basmatireis Radicchio Salat mit Orangen-Honig Dressing Obstauswahl	Dinkel Penne <sup>(A)</sup> mit Linsenbolognese <sup>(L)</sup> Rote-Bete-Salat Obstauswahl	Hähnchenschnitzel <sup>(A, C)</sup> Schwenkkartoffel Tomatensalat Blaubeermuffin <sup>(A, C)</sup>	Seelachsfilet im Backteig <sup>(A, C, D)</sup> Langkornreis Rahmspinat <sup>(F)</sup> Mix Rohkost Sticks Obstauswahl
2 Hotdogs Vegane Würstchen <sup>(A, F)</sup> Brötchen <sup>(A)</sup> Essiggurken, Röstzwiebeln Ketchup <sup>(L)</sup> , Schwenkkartoffel Obstauswahl	Chili sin Carne Basmatireis Radicchio Salat mit Orangen-Honig Dressing Obstauswahl	Dinkel Penne <sup>(A)</sup> mit Linsenbolognese <sup>(L)</sup> Rote-Bete-Salat Obstauswahl	Gemüseschnitzel <sup>(A, C)</sup> Schwenkkartoffel Tomatensalat Blaubeermuffin <sup>(A, C)</sup>	Gemüse im Backteig <sup>(A, C)</sup> Langkornreis Rahmspinat <sup>(F)</sup> Mix Rohkost Sticks Obstauswahl
23.10.2023	24.10.2023	25.10.2023	26.10.2023	27.10.2023
Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien	Herbstferien
30.10.2023	31.10.2023			
Feines Ratatouille Gemüse mit Reismudeln <sup>(A)</sup> Frische Gemüsesticks Schokokuchen <sup>(A, C)</sup>	Fischstäbchen <sup>(A, C, D)</sup> Remouladensoße <sup>(C, F)</sup> Zitronenspalten, Kartoffelpüree <sup>1</sup> Karottensalat Obstauswahl			
Feines Ratatouille Gemüse mit Reismudeln <sup>(A)</sup> Frische Gemüsesticks Schokokuchen <sup>(A, C)</sup>	Panierte Gemüsestäbchen <sup>(A, C)</sup> Remouladensoße <sup>(C, F)</sup> Zitronenspalten, Kartoffelpüree <sup>1</sup> Karottensalat Obstauswahl			

## Zusatzstoffe:

<sup>1</sup> Enthält Natriumsulfat

## Allergene:

A-Glutenhaltiges Getreide L-Sellerie  
C-Eier M-Senf  
D-Fisch N-Sesam  
E-Erdnuss O-Sulfite  
F-Soja P-Lupinen  
H-Schalenfrüchte

 Vegetarische  
\*nur mit  
Vorankündigung  
 Neue Gerichte

# Sohar's

KOSCHER RESTAURANT & CATERING GMBH

Unter Aufsicht des Rabbinats der Jüdischen Gemeinde Frankfurt

## Änderungen vorbehalten

Für Allergiker werden die Rezepturen der Gerichte individuell abgeleitet und soweit es möglich ist dem Speiseplan angepasst. Wir verarbeiten, wenn möglich, saisonale, regionale und frische Produkte. Laut Lieferanten können die Spuren von Allergenen nicht ausgeschlossen werden.

Wasser als Getränk steht an der Mensa zur Verfügung