

Speiseplan

Philanthropin, Januar 2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		01.01.2025	02.01.2025	03.01.2025
				
06.01.2025	07.01.2025	08.01.2025	09.01.2025	10.01.2025
				
13.01.2025	14.01.2025	15.01.2025	16.01.2025	17.01.2025
Vollkorn Makkaroni ^(A) mit Tomatenrahmsoße ^(F) Karottensalat Obstauswahl	Paniert Tilapia Filet ^(A, C, D) Remouladensoße ^(C, F) Basmatireis Brokkoli Obstauswahl	Rindergulasch ^(L) Quinoa Leipziger Allerlei Gemüsesticks Obstauswahl	Putenschwarma Pita ^(A) Tahini-Sauce ^(N) Madbucha Israelischer Salat Rote Grütze mit Vanillesoße ^(F)	Gekochte Eier ^(C) mit grüner Soße ^(F, C) Drilling-Kartoffeln Paprikasticks Obstauswahl
Vollkorn Makkaroni ^(A) mit Tomatenrahmsoße ^(F) Karottensalat Obstauswahl	Gemüseschnitzel ^(A, C, L) Remouladensoße ^(C, F) Basmatireis Brokkoli Obstauswahl	Sojagulasch ^(F, L) Quinoa Leipziger Allerlei Gemüsesticks Obstauswahl	Gemüse-Bohnen-Schwarma Pita ^(A) Tahini-Sauce ^(N) Madbucha Israelischer Salat Rote Grütze mit Vanillesoße ^(F)	Gekochte Eier ^(C) mit grüner Soße ^(F, C) Drilling-Kartoffeln Paprikasticks Obstauswahl
20.01.2025	21.01.2025	22.01.2025	23.01.2025	24.01.2025
Hähnchengeschnetzeltes Jägerrahmsoße ^(F, L) Couscous ^(A) Finger-Möhrrchen Obstauswahl	Kartoffelcremesuppe 1 Vollkorn Brötchen ^(A) 2 Vegetarische Würstchen ^(C, F, N) Gemüsesticks Kaiserschmarrn ^(A, C, F) mit Apfelmus	Dinkel Penne ^(A) mit Linsenbolognese ^(L) Krautsalat Obstauswahl	Hähnchenschenkel mit Bratensauce ^(L) Quinoa Mais Obstauswahl	Kabeljaufilet im Backteig ^(A, D) Langkornreis Rahmspinat ^(F) Blattsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Obstauswahl
Sojaschnitzel ^(A, F) Champignonrahmsoße ^(F, L) Couscous ^(A) Finger-Möhrrchen Obstauswahl	Kartoffelcremesuppe 1 Vollkorn Brötchen ^(A) 2 Vegetarische Würstchen ^(C, F, N) Gemüsesticks Kaiserschmarrn ^(A, C, F) mit Apfelmus	Dinkel Penne ^(A) mit Linsenbolognese ^(L) Krautsalat Obstauswahl	Vegane Haferflocken-Bällchen ^(A, C) mit Bratensauce ^(L) Quinoa Mais Obstauswahl	Tofu-Steak in Backteig ^(F, A) Langkornreis Rahmspinat ^(F) Blattsalat mit Karottenstreifen und Essig/Öl Obstauswahl
27.01.2025	28.01.2025	29.01.2025	30.01.2025	31.01.2025
Spaghetti ^(A) Rinderbolognese Frische Gemüsesticks Obstauswahl	Griechische Weiße Bohnen in mediterraner Tomatensoße und gegrilltes Gemüse Langkornreis Frische Gemüsesticks Mandarinenkuchen ^(A, C)	Fleischkäse (Pute, Rind) 2 Brötchen ^(A) Rosmarinkartoffeln Krautsalat Ketchup ^(L) Obstauswahl	Fusilli ^(A) Mit Petersilien-Soße ^(F) Lachsstreifen ^(D) Gurkensalat Obstauswahl	Gemüsebouillon ^(L) mit Nudeln ^(A) 2 Burekas ^(A, C) Gemüsesticks Obstauswahl
Spaghetti ^(A) Veganer Bolognese ^(F) Frische Gemüsesticks Obstauswahl	Griechische Weiße Bohnen in mediterraner Tomatensoße und gegrilltes Gemüse Langkornreis Frische Gemüsesticks Mandarinenkuchen ^(A, C)	Linsenbratlinge 2 Brötchen ^(A) Rosmarinkartoffeln Krautsalat Ketchup ^(L) Obstauswahl	Fusilli ^(A) mit Petersilien-Soße ^(F) mit gebratenen Pilzen Gurkensalat Obstauswahl	Gemüsebouillon ^(L) mit Nudeln ^(A) 2 Burekas ^(A, C) Gemüsesticks Obstauswahl

Zusatzstoffe:

¹ Enthält Natriumsulfid

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

SONAR'S

Unter Aufsicht des Rabbinats der Jüdischen Gemeinde Frankfurt

Wasser als Getränk steht an der Mensa zur Verfügung

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.