Speiseplan

Philanthropin, Oktober 2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		01.10.2025	**02.10.2025**	**03.01.2025**
		Kabeljau im Backteig (A, C, D) **Langkornreis** **Cremiger Wirsing** (F) **Frische Gemüsesticks** **Obstauswahl**	JOM KIPPUR	**Tag der Deutschen Einheit**
		Tofu Steak in Backteig (F, A) **Langkornreis** **Cremiger Wirsing** (F) **Frische Gemüsesticks** **Obstauswahl**	JOM KIPPUR	**Tag der Deutschen Einheit**
06.10.2025	**07.10.2025**	**08.10.2025**	**09.10.2025**	**10.10.2025**
Notbetreuung Menü	SUKKOT	SUKKOT	**Notbetreuung Menü**	**Notbetreuung Menü**
13.10.2025	**14.10.2025**	**15.10.2025**	**16.10.2025**	**17.10.2025**
Notbetreuung Menü	**Schmimi Azeret**	**Simchat Thora**	**Notbetreuung Menü**	**Notbetreuung Menü**
20.10.2025	**21.10.2025**	**22.10.2025**	**23.10.2025**	**24.10.2025**
Vollkorn Makkaroni (A) **mit Tomatenrahmsoße** (F) **Karottensalat** **Obstauswahl**	**Paniert Tilapia Filet**(A, C, D) **Zitronensoße** (F) **Basmatireis** **Brokkoli** **Obstauswahl**	**Rindergulasch**(L) **Quinoa** **Leipziger Allerlei** **Gemüsesticks** **Obstauswahl**	**Putenschwarma** **Pita**(A) **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) **Zitronensoße**(F) **Basmatireis** **Brokkoli** **Obstauswal**	**Sojagulasch**(F,L) **Quinoa** **Leipziger Allerlei** **Gemüsesticks** **Obstauswahl**	**Gemüse-Bohnen-Schwarma** **Pita**(A) **Madbucha** **Israelischer Salat** **Rote Grütze mit Vanillesoße**(F)	**Gekochte Eier** (C) **mit grüner Soße** (F, C) **Drilling-Kartoffeln** **Paprikasticks** **Obstauswahl**
27.10.2025	**28.10.2025**	**29.10.2025**	**30.10.2025**	**31.10.2025**
Hähnchengeschnetzeltes **Jägerrahmsoße** (F, L) **Couscous**(A) **Finger-Möhrchen** **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**	**Fischstäbchen** (A, C, D) **Remouladensoße** (F) **Vollkornreis** **Romanesco** **Obstauswahl**
Sojaschnitzel (A, F) **Champignonrahmsoße** (F, L) **Couscous**(A) **Finger-Möhrchen** **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 Nuggets** (A, C, F) **Remouladensoße** (F) **Romanesco** **Vollkornreis** **Obstauswahl**

Zusatzstoffe:

[1] Enthält Natriumsulfit

Allergene:

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

■ Vegetarische
*nur mit Voranmeldung

SOHAR'S

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