Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

22.05.2017 - 26.05.2017

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Free Flow	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h Portionsgewicht: 592,8 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2503 kJ, Nährwert kcal: 596 kcal, Eiweißgehalt: 20,93 g, Fettgehalt: 18,17 g, Kohlenhydrate: 78,2 g, Ballaststoffe: 8,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h Portionsgewicht: 592,8 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2503 kJ, Nährwert kcal: 596 kcal, Eiweißgehalt: 20,93 g, Fettgehalt: 18,17 g, Kohlenhydrate: 78,2 g, Ballaststoffe: 8,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h Portionsgewicht: 592,8 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2503 kJ, Nährwert kcal: 596 kcal, Eiweißgehalt: 20,93 g, Fettgehalt: 18,17 g, Kohlenhydrate: 78,2 g, Ballaststoffe: 8,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE		Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h Portionsgewicht: 592,8 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2503 kJ, Nährwert kcal: 596 kcal, Eiweißgehalt: 20,93 g, Fettgehalt: 18,17 g, Kohlenhydrate: 78,2 g, Ballaststoffe: 8,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE
Tagesgericht	Pizza Margherita (a=Weizen,b,c,d,e,g,h) mit Salat Prod. 0 Verk. 0 a, b, c, d, e, g, h Portionsgewicht: 106 g, Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 1145 kJ, Nährwert kcal: 273 kcal, Eiweißgehalt: 8,48 g, Fettgehalt: 5,43 g, Kohlenhydrate: 46,95 g, Ballaststoffe: 3,08 g, Broteinheiten: 4 BE	Griechisches Ofengemüse (c) mit Vollkornreis und Gemüse-Nugget (a1,c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 611 g, Fettpunkte: 32, Nährwert kj: 2505 kJ, Nährwert kcal: 598 kcal, Eiweißgehalt: 25,78 g, Fettgehalt: 31,67 g, Kohlenhydrate: 50,76 g, Ballaststoffe: 8,93 g, Broteinheiten: 4,5 BE	Überbackenes Fischfilet (e) mit Tomaten Zucchini-Füllung (c,d,h) dazu Kartoffelpüree mit Kartoffelstücken(c,d,j) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 393,5 g, Fettpunkte: 12, Nährwert kj: 1316 kJ, Nährwert kcal: 314 kcal, Eiweißgehalt: 28,08 g, Fettgehalt: 12,31 g, Kohlenhydrate: 22,28 g, Ballaststoffe: 4,73 g, Broteinheiten: 2 BE		Hühnerfrikassee (a=Weizen,c) mit Reis und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 360,47 g, Fettpunkte: 7, Nährwert kj: 1620 kJ, Nährwert kcal: 387 kcal, Eiweißgehalt: 17,38 g, Fettgehalt: 7,14 g, Kohlenhydrate: 58,72 g, Ballaststoffe: 2,15 g, Broteinheiten: 5 BE

Inhaltsstoffe:

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, e - Fisch, g - Schalenfrüchte, h - Senf