Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

27.02.2023 - 03.03.2023

Der Hauskoch
Genuss, der ankommt.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Free Flow	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g
Tagesgericht	Bunter Gemüseeintopf (d) mit Rindfleisch und Brot (a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 8 a, c, d, f, g, i Portionsgewicht: 498 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 961 kJ, Nährwert kcal: 229 kcal, Eiweißgehalt: 4,13 g, Fettgehalt: 0,49 g	Balkantopf (a=Weizen,d) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Salat Prod. 0 Verk. 0 3 b Portionsgewicht: 562 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 895 kJ, Nährwert kcal: 213 kcal, Eiweißgehalt: 26,59 g, Fettgehalt: 2,32 g	Spinat-Kartoffel-Auflauf (b,c,) Prod. 0 Verk. 0 b, c Portionsgewicht: 185,5 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 731 kJ, Nährwert kcal: 175 kcal, Eiweißgehalt: 7,63 g, Fettgehalt: 9,96 g	Gemüsecremesuppe (a1,c,d) Kaiserschmarrn(a1,b,c) mit Apfelmus - kein Dessert - Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 464,05 g, Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 2785 kJ, Nährwert kcal: 666 kcal, Eiweißgehalt: 14,42 g, Fettgehalt: 5,38 g	Blumenkohlkartoffelauflauf (b,c) mit Käsekräuterkruste (c,d) , dazu Rohkost Prod. 0 Verk. 0 b, c Portionsgewicht: 1477,65 g, Fettpunkte: 29, Nährwert kj: 2259 kJ, Nährwert kcal: 544 kcal, Eiweißgehalt: 17,84 g, Fettgehalt: 28,99 g

Inhaltsstoffe:

3 = mit Antioxidationsmittel, 8 = mit Phosphat

a - Glutenhaltiges Getreide, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, f - Erdnüsse, g - Schalenfrüchte, i - Sesamsamen