

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

17.01.2022 - 21.01.2022



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Free Flow	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h, j</p> <p>1 Portionsgewicht: 583,55 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2321 kJ, Nährwert kcal: 554 kcal, Eiweißgehalt: 20,29 g, Fettgehalt: 18,06 g, Kohlenhydrate: 68,27 g, Ballaststoffe: 6,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h, j</p> <p>1 Portionsgewicht: 583,55 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2321 kJ, Nährwert kcal: 554 kcal, Eiweißgehalt: 20,29 g, Fettgehalt: 18,06 g, Kohlenhydrate: 68,27 g, Ballaststoffe: 6,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h, j</p> <p>1 Portionsgewicht: 583,55 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2321 kJ, Nährwert kcal: 554 kcal, Eiweißgehalt: 20,29 g, Fettgehalt: 18,06 g, Kohlenhydrate: 68,27 g, Ballaststoffe: 6,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h, j</p> <p>1 Portionsgewicht: 583,55 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2321 kJ, Nährwert kcal: 554 kcal, Eiweißgehalt: 20,29 g, Fettgehalt: 18,06 g, Kohlenhydrate: 68,27 g, Ballaststoffe: 6,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h, j</p> <p>1 Portionsgewicht: 583,55 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2321 kJ, Nährwert kcal: 554 kcal, Eiweißgehalt: 20,29 g, Fettgehalt: 18,06 g, Kohlenhydrate: 68,27 g, Ballaststoffe: 6,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE</p>
Tagesgericht	<p>Hähnchenbrust in Tomatensoße (a1) mit Käse (c) überbacken dazu Schmörgelchen und Bohnen</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 c, d, j</p> <p>2, 9 Portionsgewicht: 502,7 g, Fettpunkte: 34, Nährwert kj: 2587 kJ, Nährwert kcal: 619 kcal, Eiweißgehalt: 12,33 g, Fettgehalt: 33,88 g, Kohlenhydrate: 28,13 g, Ballaststoffe: 4,37 g, Broteinheiten: 2,5 BE</p>	<p>Eier (b) gekocht in Kräutersoße(a1,c), dazu Kartoffelbrei (3,14,b) und Gemüse</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 b</p> <p>1, 3 Portionsgewicht: 436,98 g, Fettpunkte: 16, Nährwert kj: 1351 kJ, Nährwert kcal: 323 kcal, Eiweißgehalt: 18,1 g, Fettgehalt: 16,38 g, Kohlenhydrate: 19,35 g, Ballaststoffe: 4,02 g, Broteinheiten: 2 BE</p>	<p>Geflügelbratwurst (4,8) (c,d) mit Soße Kartoffelpüree (c,j) und Gemüse</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d</p> <p>3, 4, 8 Portionsgewicht: 359,2 g, Fettpunkte: 21, Nährwert kj: 1595 kJ, Nährwert kcal: 379 kcal, Eiweißgehalt: 12,43 g, Fettgehalt: 21,33 g, Kohlenhydrate: 26,73 g, Ballaststoffe: 3,97 g, Broteinheiten: 2 BE</p>	<p>Wirsingkohleintopf mit Hackfleisch und Brot (a1,d,g,h)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a, c, d, f, g, i</p> <p>Portionsgewicht: 348 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1224 kJ, Nährwert kcal: 291 kcal, Eiweißgehalt: 9,26 g, Fettgehalt: 1,49 g, Kohlenhydrate: 34,22 g, Ballaststoffe: 8,28 g, Broteinheiten: 2,5 BE</p>	<p>Gyros vom Geflügel (50) (a1,c) mit Reis, Tzatziki (52) (c,d) und Krautsalat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a, c</p> <p>Portionsgewicht: 554,25 g, Fettpunkte: 29, Nährwert kj: 3523 kJ, Nährwert kcal: 840 kcal, Eiweißgehalt: 12,1 g, Fettgehalt: 29,11 g, Kohlenhydrate: 75,11 g, Ballaststoffe: 5,22 g, Broteinheiten: 6,5 BE</p>

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, f - Erdnüsse, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamsamen, j - Soja