

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

24.01.2022 - 28.01.2022



	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 1 a1, b, c, d, g, h, j 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	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 1 a1, b, c, d, g, h, j 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	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 1 a1, b, c, d, g, h, j 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	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 1 a1, b, c, d, g, h, j 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	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 1 a1, b, c, d, g, h, j 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
Tagesgericht	Gulaschsuppe (8) mit Brotbeilage Prod. 0 Verk. 0 8 a, c, d, f, g, i Portionsgewicht: 153 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 686 kJ, Nährwert kcal: 163 kcal, Eiweißgehalt: 3,43 g, Fettgehalt: 0,52 g, Kohlenhydrate: 22,39 g, Ballaststoffe: 3 g, Broteinheiten: 2 BE	Griechisches Ofengemüse (c) mit Vollkornreis und Gemüse-Dino (a1,c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 261,55 g, Fettpunkte: 30, Nährwert kj: 2054 kJ, Nährwert kcal: 494 kcal, Eiweißgehalt: 11,91 g, Fettgehalt: 30,31 g, Kohlenhydrate: 41,71 g, Ballaststoffe: 1,89 g, Broteinheiten: 3,5 BE	Ungarische Wurst (4,8,9) (a=Weizen,d,h) mit Kartoffelpüree (c,d,j) Gemüse Prod. 0 Verk. 0 3, 4, 8 b, c, d Portionsgewicht: 551 g, Fettpunkte: 21, Nährwert kj: 1747 kJ, Nährwert kcal: 414 kcal, Eiweißgehalt: 12,24 g, Fettgehalt: 21,44 g, Kohlenhydrate: 19,27 g, Ballaststoffe: 4,17 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Königsberger Klopse (a=Weizen,c,d,h), Sauce) mit Salzkartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 345,06 g, Fettpunkte: 12, Nährwert kj: 1374 kJ, Nährwert kcal: 328 kcal, Eiweißgehalt: 19,17 g, Fettgehalt: 12,46 g, Kohlenhydrate: 27,92 g, Ballaststoffe: 3,87 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Currywurst (4,8,9) mit Wedges und Salat Prod. 0 Verk. 0 1, 2, 4, 8, 9 a1, b, c, d, g, h, i, j, k Portionsgewicht: 379,06 g, Fettpunkte: 24, Nährwert kj: 2371 kJ, Nährwert kcal: 566 kcal, Eiweißgehalt: 10,41 g, Fettgehalt: 23,56 g, Kohlenhydrate: 5,9 g, Ballaststoffe: 0,37 g, Broteinheiten: 3 BE

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, k - Sulfur