Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

03.12.2018 - 07.12.2018

Der Hauskoch
Genuss, der ankommt.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesgericht	Wurstgulasch (4,8) (a1,d,h) mit Paprika, Zwiebeln, Mais und Spiralnudeln (a1), dazu Spitzkohlsalat	Eieromlette(b,c) mit Champignon a la Creme (a1,c) und Kartoffelpüree (c,d,j)	Hackbraten (a1,b,d,h) mit Soße(a1) und Salzkartoffeln, dazu Blattsalatmit Joghurtdressing (c)	Lasagne (a1, b,c,)(9) mit Rohkost und Joghurtdip	Gyros vom Geflügel (50) (a1,c) mit Reis, Tzatziki (52) (c,d) und Salat
	Prod. 0 Verk. 0	Prod. 0 Verk. 0	Prod. 0 Verk. 0	Prod. 0 Verk. 0	Prod. 0 Verk. 0
	4, 8, 9 a1, d, h Portionsgewicht: 570 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 2067 kJ, Nährwert kcal: 494 kcal, Eiweißgehalt: 9,11 g, Fettgehalt: 4,06 g, Kohlenhydrate: 61,98 g, Ballaststoffe: 7,42 g, Broteinheiten: 5 BE	b, c Portionsgewicht: 375,8 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 846 kJ, Nährwert kcal: 203 kcal, Eiweißgehalt: 5,73 g, Fettgehalt: 0,95 g, Kohlenhydrate: 21,54 g, Ballaststoffe: 6,62 g, Broteinheiten: 2 BE	9 b, c, d, h Portionsgewicht: 348,99 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1317 kJ, Nährwert kcal: 313 kcal, Eiweißgehalt: 7,75 g, Fettgehalt: 2,72 g, Kohlenhydrate: 30,31 g, Ballaststoffe: 5,31 g, Broteinheiten: 2,5 BE	9 a1, b, c Portionsgewicht: 410,7 g, Fettpunkte: 19, Nährwert kj: 2030 kJ, Nährwert kcal: 485 kcal, Eiweißgehalt: 24,9 g, Fettgehalt: 19,16 g, Kohlenhydrate: 49,55 g, Ballaststoffe: 7,04 g, Broteinheiten: 4 BE	a, c Portionsgewicht: 312,9 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 2147 kJ, Nährwert kcal: 511 kcal, Eiweißgehalt: 8,28 g, Fettgehalt: 9,44 g, Kohlenhydrate: 42,14 g, Ballaststoffe: 1,7 g, Broteinheiten: 3,5 BE

Inhaltsstoffe:

4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

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