Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

13.05.2019 - 17.05.2019

Der Hauskoch
Genuss, der ankommt.

	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	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	Fleischklößchen (a=Weizen,d,g,h) in Paprikasoße (9) (a=Weizen), Salzkartoffeln und Salat Prod. 0 Verk. 0 8, 9 a1, d, g, h Portionsgewicht: 384,5 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1026 kJ, Nährwert kcal: 244 kcal, Eiweißgehalt: 15,83 g, Fettgehalt: 2,44 g, Kohlenhydrate: 38,3 g, Ballaststoffe: 6,83 g, Broteinheiten: 3 BE	Spinat-Käse-Taler (b,c) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Tomatensoße (a1), dazu Salat mit Joghurtdressing(c) Prod. 0 Verk. 0 9 c Portionsgewicht: 495,62 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 1072 kJ, Nährwert kcal: 256 kcal, Eiweißgehalt: 18,02 g, Fettgehalt: 4,31 g, Kohlenhydrate: 35,11 g, Ballaststoffe: 9,12 g, Broteinheiten: 3 BE	Rinderhacksteak (h) mit Bratensoße Nudeln (a1) und Salat Prod. 0 Verk. 0 a1, h Portionsgewicht: 256,2 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1972 kJ, Nährwert kcal: 473 kcal, Eiweißgehalt: 9,61 g, Fettgehalt: 2,18 g, Kohlenhydrate: 52,32 g, Ballaststoffe: 3,98 g, Broteinheiten: 4,5 BE	Wurstgulasch (4,8) (a1,d,h) mit Paprika, Zwiebeln, Mais und Spiralnudeln (a1), dazu Spitzkohlsalat 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	Hokifilet (a1,e,c,i) in Sauerrahmsoße (a1, c), Kartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 428,76 g, Fettpunkte: 22, Nährwert kj: 1733 kJ, Nährwert kcal: 413 kcal, Eiweißgehalt: 25,5 g, Fettgehalt: 21,7 g, Kohlenhydrate: 28,39 g, Ballaststoffe: 7,2 g, Broteinheiten: 2,5 BE

Inhaltsstoffe:

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

a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, g - Schalenfrüchte, h - Senf