Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

18.06.2018 - 22.06.2018

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	Wurst-Gemüse-Spieß (4,8)(a1,d,h), Soße (a1), Kartoffelspalten und Salat Prod. 0 Verk. 0 4, 8, 9 d, h Portionsgewicht: 351,3 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1598 kJ, Nährwert kcal: 384 kcal, Eiweißgehalt: 1,31 g, Fettgehalt: 0,49 g, Kohlenhydrate: 3,53 g, Ballaststoffe: 2,38 g, Broteinheiten: 3 BE	Eieromlette(b,c) mit Leipziger Allerlei und Kartoffelbrei (c,d,j) Prod. 0 Verk. 0 b, c Portionsgewicht: 343 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 937 kJ, Nährwert kcal: 224 kcal, Eiweißgehalt: 2,32 g, Fettgehalt: 0,18 g, Kohlenhydrate: 19,07 g, Ballaststoffe: 3,96 g, Broteinheiten: 1,5 BE	Nudelauflauf (a=Weizen,c) mit Hackfleisch, Salatbeilage Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 320,3 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 2263 kJ, Nährwert kcal: 537 kcal, Eiweißgehalt: 25,73 g, Fettgehalt: 20,33 g, Kohlenhydrate: 54,92 g, Ballaststoffe: 3,9 g, Broteinheiten: 4,5 BE	Hokifilet (a1,e,c,j)mit Kartoffelsalat (b,c), dazu Rohkost mit Dipp (b,c) Prod. 0 Verk. 0 9 Portionsgewicht: 400 g, Fettpunkte: 34, Nährwert kj: 2250 kJ, Nährwert kcal: 537 kcal, Eiweißgehalt: 22,43 g, Fettgehalt: 34,49 g, Kohlenhydrate: 33,71 g, Ballaststoffe: 6,46 g, Broteinheiten: 3 BE	Hähnchenkeule mit Sauce (a=Weizen), Schmörgelchen und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 448,8 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1294 kJ, Nährwert kcal: 307 kcal, Eiweißgehalt: 35,33 g, Fettgehalt: 0,31 g, Kohlenhydrate: 23,15 g, Ballaststoffe: 4,81 g, Broteinheiten: 2 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