Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

07.09.2020 - 11.09.2020

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	Pierogie (Teigtasche mit Kartoffel-Quarkfüllung) (a1,b,c) mit Sourcreme (c) und Salat Prod. 0 Verk. 0 c, d, h Portionsgewicht: 323,7 g, Fettpunkte: 23, Nährwert kj: 2392 kJ, Nährwert kcal: 571 kcal, Eiweißgehalt: 42,65 g, Fettgehalt: 23,17 g, Kohlenhydrate: 47,29 g, Ballaststoffe: 10,05 g, Broteinheiten: 4 BE	Ungarische Wurst (4,8,9) (a=Weizen,d,h) mit Kartoffelpüree (c,d,j) Salatbeilage Prod. 0 Verk. 0 4, 8, 9 d, h Portionsgewicht: 502 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1451 kJ, Nährwert kcal: 348 kcal, Eiweißgehalt: 6,42 g, Fettgehalt: 2,68 g, Kohlenhydrate: 29,47 g, Ballaststoffe: 14,3 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Hokifilet (a1,e,c,i) mit 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	Putenschnitzel (a1,b,h) mit brauner Sauce, Salzkartoffeln, Salat mit Dressing (c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 414,92 g, Fettpunkte: 11, Nährwert kj: 1484 kJ, Nährwert kcal: 355 kcal, Eiweißgehalt: 38,31 g, Fettgehalt: 10,58 g, Kohlenhydrate: 25,25 g, Ballaststoffe: 3,4 g, Broteinheiten: 2 BE	Hackbraten (a1,b,d,h) mit Soße(a1) und Salzkartoffeln, dazu Rohkost Prod. 0 Verk. 0 9 b, d, h Portionsgewicht: 372,3 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1347 kJ, Nährwert kcal: 320 kcal, Eiweißgehalt: 7,28 g, Fettgehalt: 2,4 g, Kohlenhydrate: 33,05 g, Ballaststoffe: 7,92 g, Broteinheiten: 3 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