Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

07.12.2020 - 11.12.2020

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	Möhren durcheinander (c,d,j) mit einer Bockwurst (a1,c,j,f) Prod. 0 Verk. 0 2, 3, 4 a1, c, d Portionsgewicht: 304,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1087 kJ, Nährwert kcal: 307 kcal, Eiweißgehalt: 0,21 g, Fettgehalt: 0,13 g, Kohlenhydrate: 1,58 g, Ballaststoffe: 5,05 g, Broteinheiten: 0,5 BE	Hähnchenbrust in Tomatensoße (a1) mit Käse (c) überbacken dazu Schmörgelchen und Bohnen Prod. 0 Verk. 0 9 c Portionsgewicht: 553,7 g, Fettpunkte: 43, Nährwert kj: 2812 kJ, Nährwert kcal: 671 kcal, Eiweißgehalt: 36,82 g, Fettgehalt: 43,1 g, Kohlenhydrate: 31 g, Ballaststoffe: 5,05 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Backfisch (a=Weizen,d,g,h) mit Remouladensauce (b,c,h,j), Salzkartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 9 a1, b, c, e, g, h, j Portionsgewicht: 475,67 g, Fettpunkte: 41, Nährwert kj: 3084 kJ, Nährwert kcal: 736 kcal, Eiweißgehalt: 6,08 g, Fettgehalt: 40,61 g, Kohlenhydrate: 36,05 g, Ballaststoffe: 7,55 g, Broteinheiten: 3,5 BE	Balkantopf (a=Weizen,d) mit Nudeln (a1) und Salat Prod. 0 Verk. 0 a1 Portionsgewicht: 270,5 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 1005 kJ, Nährwert kcal: 239 kcal, Eiweißgehalt: 28,1 g, Fettgehalt: 3,56 g, Kohlenhydrate: 23,18 g, Ballaststoffe: 2,28 g, Broteinheiten: 2 BE	Königsberger Klopse (a=Weizen,c,d,h), Sauce) mit Salzkartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 345,96 g, Fettpunkte: 12, Nährwert kj: 1387 kJ, Nährwert kcal: 331 kcal, Eiweißgehalt: 19,17 g, Fettgehalt: 12,46 g, Kohlenhydrate: 27,92 g, Ballaststoffe: 5,75 g, Broteinheiten: 2,5 BE

Inhaltsstoffe:

2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 9 = mit Süßungsmitteln

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