

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

28.01.2019 - 01.02.2019



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Free Flow</b>	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
<b>Tagesgericht</b>	Spinatsahnenudeln (a1,c) mit Salatbeilage Prod. 0 Verk. 0 a1 Portionsgewicht: 420 g, Fettpunkte: 32, Nährwert kj: 2506 kJ, Nährwert kcal: 689 kcal, Eiweißgehalt: 16,76 g, Fettgehalt: 32,25 g, Kohlenhydrate: 83,91 g, Ballaststoffe: 8,11 g, Broteinheiten: 6,5 BE	Piratenpf (Bratwurst mit Paprika-Maissoße)(4,8) (a1,d,h) mit Reis und Salat Prod. 0 Verk. 0 d, h 4, 8, 9 Portionsgewicht: 302,25 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 2206 kJ, Nährwert kcal: 547 kcal, Eiweißgehalt: 8,01 g, Fettgehalt: 1,66 g, Kohlenhydrate: 82,47 g, Ballaststoffe: 4,8 g, Broteinheiten: 7 BE	Cevapcici (a=Weizen,b,c,d,h,i) mit Djuwetschreis und Blattsalat und Joghurt dressing (9,c) Prod. 0 Verk. 0 a, b, c, d, h, j 9 Portionsgewicht: 345,13 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 2423 kJ, Nährwert kcal: 580 kcal, Eiweißgehalt: 7,15 g, Fettgehalt: 1,44 g, Kohlenhydrate: 65,8 g, Ballaststoffe: 4,12 g, Broteinheiten: 5,5 BE	Geflügelfrikassee(a1,c,j) mit Karotten und Erbsen, dazu Vollkornreis Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 489,5 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1909 kJ, Nährwert kcal: 456 kcal, Eiweißgehalt: 3,81 g, Fettgehalt: 17,18 g, Kohlenhydrate: 39,44 g, Ballaststoffe: 5,81 g, Broteinheiten: 4 BE	Balkantopf (9, a1,d) dazu Reis und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 366,25 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1745 kJ, Nährwert kcal: 416 kcal, Eiweißgehalt: 8,07 g, Fettgehalt: 0,79 g, Kohlenhydrate: 65,72 g, Ballaststoffe: 6,22 g, Broteinheiten: 5,5 BE

**Inhaltsstoffe:**

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

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