

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

12.06.2023 - 16.06.2023



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Free Flow</b>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 2, 9 d</p> <p>Portionsgewicht: 151 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 112 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,97 g, Fettgehalt: 0,1 g, Kohlenhydrate: 5,74 g, Ballaststoffe: 0,54 g, Proteinheiten: 0,5 BE</p>		<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 2, 9 d</p> <p>Portionsgewicht: 151 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 112 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,97 g, Fettgehalt: 0,1 g, Kohlenhydrate: 5,74 g, Ballaststoffe: 0,54 g, Proteinheiten: 0,5 BE</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 2, 9 d</p> <p>Portionsgewicht: 151 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 112 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,97 g, Fettgehalt: 0,1 g, Kohlenhydrate: 5,74 g, Ballaststoffe: 0,54 g, Proteinheiten: 0,5 BE</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 2, 9 d</p> <p>Portionsgewicht: 151 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 112 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,97 g, Fettgehalt: 0,1 g, Kohlenhydrate: 5,74 g, Ballaststoffe: 0,54 g, Proteinheiten: 0,5 BE</p>
<b>Tagesgericht</b>	<p>Erbseintopf (d) mit Einlage (3,4,d,h) und Brot (a1,c,d,f,g,i)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 4, 8 a1, c, d, f, g, h, i</p> <p>Portionsgewicht: 508 g, Fettpunkte: 24, Nährwert kj: 2391 kJ, Nährwert kcal: 570 kcal, Eiweißgehalt: 26,93 g, Fettgehalt: 23,99 g, Kohlenhydrate: 53,67 g, Ballaststoffe: 11,87 g, Proteinheiten: 4,5 BE</p>		<p>Hühnerfrikassee (a=Weizen,c) mit Reis und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 299,36 g, Fettpunkte: 7, Nährwert kj: 1664 kJ, Nährwert kcal: 398 kcal, Eiweißgehalt: 17,7 g, Fettgehalt: 7,14 g, Kohlenhydrate: 60,83 g, Ballaststoffe: 2,2 g, Proteinheiten: 5 BE</p>	<p>Fruchtiges Fischcurry (e,c) mit Reis und Radieschensalat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 c</p> <p>Portionsgewicht: 439,75 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 1651 kJ, Nährwert kcal: 392 kcal, Eiweißgehalt: 8,02 g, Fettgehalt: 8,45 g, Kohlenhydrate: 63,64 g, Ballaststoffe: 5,22 g, Proteinheiten: 5,5 BE</p>	<p>Sternchensuppe (a1,b,d,j) Pfannkuchen (3,14) (a1,b,c) mit Apfelmus(9)  - kein Dessert -</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 3 a1, b, c, d, j</p> <p>Portionsgewicht: 450 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 2348 kJ, Nährwert kcal: 557 kcal, Eiweißgehalt: 3,07 g, Fettgehalt: 0,55 g, Kohlenhydrate: 33,53 g, Ballaststoffe: 1,87 g, Proteinheiten: 7 BE</p>

**Inhaltsstoffe:**

2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, f - Erdnüsse, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamsamen, j - Soja