Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

09.04.2018 - 13.04.2018

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	**Erbseneintopf, vegetarisch, dazu Brot** Prod. 0 Verk. 0 a, c, d, f, g, i Portionsgewicht: 538 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1014 kJ, Nährwert kcal: 242 kcal, Eiweißgehalt: 14,2 g, Fettgehalt: 1,47 g, Kohlenhydrate: 35,81 g, Ballaststoffe: 12,88 g, Broteinheiten: 3,5 BE	**Griechisches Ofengemüse (c) mit Vollkornreis und Gemüse-Nugget (a1,c)** Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 611 g, Fettpunkte: 32, Nährwert kj: 2505 kJ, Nährwert kcal: 598 kcal, Eiweißgehalt: 25,78 g, Fettgehalt: 31,67 g, Kohlenhydrate: 50,76 g, Ballaststoffe: 8,93 g, Broteinheiten: 4,5 BE	**Zucchinischiffchen (c) mit Hackfleischfüllung (b), Tomatensoße und Reis** Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g, Kohlenhydrate: 0 g, Ballaststoffe: 0 g, Broteinheiten: 0 BE	**Kartoffel-Gurken-Salat mit Rindswürstchen (h)** Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 357,1 g, Fettpunkte: 38, Nährwert kj: 2290 kJ, Nährwert kcal: 546 kcal, Eiweißgehalt: 15,85 g, Fettgehalt: 37,53 g, Kohlenhydrate: 35,67 g, Ballaststoffe: 6,24 g, Broteinheiten: 3 BE	**Blumenkohlcurry (c) mit Bratwursbällchen (4,8,a1,d,h) und Kräuterreis** **Salat** Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g, Kohlenhydrate: 0 g, Ballaststoffe: 0 g, Broteinheiten: 0 BE

Inhaltsstoffe:

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

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, f - Erdnüsse, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamesamen