Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

22.01.2018 - 26.01.2018

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	Blumenkohlbratling (a1,d,h)mit Käsesauce (a=Weizen,c) und Reis Salat Prod. 0 Verk. 0 1, 2 a1, c, d, f, g, h, i Portionsgewicht: 387,45 g, Fettpunkte: 22, Nährwert kj: 2383 kJ, Nährwert kcal: 566 kcal, Eiweißgehalt: 26,27 g, Fettgehalt: 21,57 g, Kohlenhydrate: 73,9 g, Ballaststoffe: 4,68 g, Broteinheiten: 6 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	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: 369,5 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1566 kJ, Nährwert kcal: 376 kcal, Eiweißgehalt: 4,46 g, Fettgehalt: 0,76 g, Kohlenhydrate: 32,17 g, Ballaststoffe: 6,56 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Zucchinipuffer (a1,b) mit gemischtem Salat und Joghurtdipp (c) Prod. 0 Verk. 0 a, c, d, h Portionsgewicht: 551,28 g, Fettpunkte: 33, Nährwert kj: 2260 kJ, Nährwert kcal: 540 kcal, Eiweißgehalt: 20,21 g, Fettgehalt: 33,46 g, Kohlenhydrate: 38,29 g, Ballaststoffe: 6,25 g, Broteinheiten: 3 BE	Currywurst (4,8,9) mit Wedges und Krautalat Prod. 0 Verk. 0 4, 8, 9 d, h Portionsgewicht: 501,46 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 3000 kJ, Nährwert kcal: 720 kcal, Eiweißgehalt: 2,17 g, Fettgehalt: 17,48 g, Kohlenhydrate: 20,93 g, Ballaststoffe: 2,53 g, Broteinheiten: 4 BE

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 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