

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

04.01.2021 - 08.01.2021



	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: 2515 kJ, Nährwert kcal: 599 kcal, Eiweißgehalt: 20,97 g, Fettgehalt: 18,17 g, Kohlenhydrate: 78,3 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: 2515 kJ, Nährwert kcal: 599 kcal, Eiweißgehalt: 20,97 g, Fettgehalt: 18,17 g, Kohlenhydrate: 78,3 g, Ballaststoffe: 8,6 g, Broteinheiten: 6,5 BE
Tagesgericht				Hähnchenbrust in Tomatensoße (a1) dazu Nudeln und Salat Prod. 0 Verk. 0 9 a1, b, c, d, g, h, j Portionsgewicht: 486,7 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 1990 kJ, Nährwert kcal: 472 kcal, Eiweißgehalt: 11,38 g, Fettgehalt: 18,15 g, Kohlenhydrate: 30,89 g, Ballaststoffe: 2,08 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Lasagne (a= Weizen, b,c,)(9) mit Spitzkohlsalat Prod. 0 Verk. 0 9 a1, a2, b, c Portionsgewicht: 384,8 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1986 kJ, Nährwert kcal: 475 kcal, Eiweißgehalt: 22,04 g, Fettgehalt: 17,02 g, Kohlenhydrate: 43,59 g, Ballaststoffe: 6,04 g, Broteinheiten: 4,5 BE

Inhaltsstoffe:

9 = mit Süßungsmitteln

a1 - Weizen, a2 - Roggen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, g - Schalenfrüchte, h - Senf, j - Soja