Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

09.03.2020 - 13.03.2020

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,f,g,i) mit Käsesauce (a1,c) und Reis dazu 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	Nürnberger Rostbratwürstchen (4,8,9,a1,d,h) mit Soße, Kartoffelpürree (c,d,j) und frischen Möhren Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 435,8 g, Fettpunkte: 31, Nährwert kj: 1882 kJ, Nährwert kcal: 449 kcal, Eiweißgehalt: 13,9 g, Fettgehalt: 31,19 g, Kohlenhydrate: 21,74 g, Ballaststoffe: 8,34 g, Broteinheiten: 2 BE	Rindergulasch(a1,d,c) mit Kartoffelklößen (a1,b) und Apfelrotkohl (2,3,4) Prod. 0 Verk. 0 3, 8 c, d Portionsgewicht: 946,5 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 1787 kJ, Nährwert kcal: 424 kcal, Eiweißgehalt: 2,28 g, Fettgehalt: 8,92 g, Kohlenhydrate: 7,08 g, Ballaststoffe: 14,26 g, Broteinheiten: 10,5 BE	Sternchensuppe (a1) Pfannekuchen (8) (a1,b,c,g,j) mit Apfelmus(9) - kein Dessert - Prod. 0 Verk. 0 8 a, b, c, g, j Portionsgewicht: 420 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1673 kJ, Nährwert kcal: 398 kcal, Eiweißgehalt: 0,7 g, Fettgehalt: 0,31 g, Kohlenhydrate: 21,79 g, Ballaststoffe: 0,96 g, Broteinheiten: 56 BE	Currywurst (4,8) (a1,d,h) mit Schmörgelchen und Krautsalat Prod. 0 Verk. 0 4, 8, 9 d, h Portionsgewicht: 476,46 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2450 kJ, Nährwert kcal: 587 kcal, Eiweißgehalt: 5,22 g, Fettgehalt: 17,64 g, Kohlenhydrate: 43,1 g, Ballaststoffe: 6,4 g, Broteinheiten: 3,5 BE

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 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, j - Soja