Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

23.03.2020 - 27.03.2020

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	Kartoffelsuppe (a=Weizen,d) mit Einlage (2,3,4) (a=Weizen,d,g,h) und Brot (a,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 2, 3, 4 a1, c, d, f, g, i Portionsgewicht: 464,7 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1325 kJ, Nährwert kcal: 349 kcal, Eiweißgehalt: 4,18 g, Fettgehalt: 0,55 g, Kohlenhydrate: 29,3 g, Ballaststoffe: 7,01 g, Broteinheiten: 3 BE	Lasagne (a= Weizen, b,c,)(9) mit veg. Bolognese und Salat Prod. 0 Verk. 0 9 a1, b, c Portionsgewicht: 405,3 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 1852 kJ, Nährwert kcal: 443 kcal, Eiweißgehalt: 32,11 g, Fettgehalt: 12,61 g, Kohlenhydrate: 46,95 g, Ballaststoffe: 9,51 g, Broteinheiten: 4 BE	Backfisch (a=Weizen,d,g,h) mit Remouladensauce (b,c,h,j), Kartoffelpüree (c,d,j) und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, e, g, h, j Portionsgewicht: 380,67 g, Fettpunkte: 33, Nährwert kj: 2457 kJ, Nährwert kcal: 587 kcal, Eiweißgehalt: 4,87 g, Fettgehalt: 32,65 g, Kohlenhydrate: 25,08 g, Ballaststoffe: 6,11 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Hähnchenkeule mit Soße (a1), Schmörgelchen und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 448,8 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1294 kJ, Nährwert kcal: 307 kcal, Eiweißgehalt: 35,33 g, Fettgehalt: 0,31 g, Kohlenhydrate: 23,15 g, Ballaststoffe: 4,81 g, Broteinheiten: 2 BE	Königsberger Klopse (a=Weizen,c,d,h), Sauce (a=Weizen,c) mit Salzkartoffeln und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 296,96 g, Fettpunkte: 12, Nährwert kj: 1273 kJ, Nährwert kcal: 304 kcal, Eiweißgehalt: 19,17 g, Fettgehalt: 12,46 g, Kohlenhydrate: 27,92 g, Ballaststoffe: 3,86 g, Broteinheiten: 2,5 BE

Inhaltsstoffe:

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

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