

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

27.09.2021 - 01.10.2021



	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, j	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h, j	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h, j	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h, j	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h, j
Tagesgericht	Gemüse-Dinos (a1,Roggen,b) mit Kartoffelnund Möhren Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 250,1 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 586 kJ, Nährwert kcal: 140 kcal, Eiweißgehalt: 3,06 g, Fettgehalt: 0,17 g, Kohlenhydrate: 22,22 g, Ballaststoffe: 3,38 g, Broteinheiten: 2 BE	Hackbällchenpfanne (a, Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, c,d,j) mit Paprikagemüse und Curryreis und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 534,25 g, Fettpunkte: 38, Nährwert kj: 3215 kJ, Nährwert kcal: 766 kcal, Eiweißgehalt: 24,92 g, Fettgehalt: 38,22 g, Kohlenhydrate: 80,42 g, Ballaststoffe: 10,87 g, Broteinheiten: 6,5 BE	Bifteki gefüllt mit Käse-Creme (a1,b,c)(8,3) mit Djuwetschreis und Tzaziki (c) und Salat Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 252,9 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1273 kJ, Nährwert kcal: 304 kcal, Eiweißgehalt: 9,87 g, Fettgehalt: 2,24 g, Kohlenhydrate: 57,83 g, Ballaststoffe: 2,31 g, Broteinheiten: 5 BE	Gemüse-Kartoffelauflauf(a1,b,c) mit Käsekräuterkruste (c) dazu Salatbeilage Prod. 0 Verk. 0 b Portionsgewicht: 320,4 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1435 kJ, Nährwert kcal: 343 kcal, Eiweißgehalt: 16,07 g, Fettgehalt: 17,44 g, Kohlenhydrate: 17,41 g, Ballaststoffe: 2,44 g, Broteinheiten: 2 BE	Hokieflet (a1,e,c,i) mit Sauerrahmsoße (a1, c), Kartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 a1, c, e, h Portionsgewicht: 423,86 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1971 kJ, Nährwert kcal: 473 kcal, Eiweißgehalt: 5,51 g, Fettgehalt: 20,34 g, Kohlenhydrate: 22,82 g, Ballaststoffe: 3,43 g, Broteinheiten: 2 BE

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff

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