Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

25.01.2021 - 29.01.2021

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: 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	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	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	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: 2326 kJ, Nährwert kcal: 554 kcal, Eiweißgehalt: 26,43 g, Fettgehalt: 21,57 g, Kohlenhydrate: 74,5 g, Ballaststoffe: 4,68 g, Broteinheiten: 6 BE	Griechisches Ofengemüse (c) mit Vollkornreis und Gouda-Knusperstangen (a1,c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 611 g, Fettpunkte: 51, Nährwert kj: 3348 kJ, Nährwert kcal: 799 kcal, Eiweißgehalt: 36,01 g, Fettgehalt: 50,94 g, Kohlenhydrate: 47,65 g, Ballaststoffe: 5,86 g, Broteinheiten: 4 BE	Ungarische Wurst (4,8,9) (a=Weizen,d,h) mit Kartoffelpüree (c,d,j) Salatbeilage Prod. 0 Verk. 0 4, 8, 9 c, d, h Portionsgewicht: 502 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1462 kJ, Nährwert kcal: 349 kcal, Eiweißgehalt: 6,29 g, Fettgehalt: 2,68 g, Kohlenhydrate: 29,08 g, Ballaststoffe: 14,3 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Blumenkohlcurry (c) mit Bratwurstbällchen (4,8, a1,d,h) und Kräuterreis Kopfsalat mit Joghurtdressing Prod. 0 Verk. 0 4, 8, 9 c, d, h Portionsgewicht: 574,12 g, Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 2571 kJ, Nährwert kcal: 613 kcal, Eiweißgehalt: 13,75 g, Fettgehalt: 4,93 g, Kohlenhydrate: 69,13 g, Ballaststoffe: 8,39 g, Broteinheiten: 6 BE	Möhren-Kartoffelsuppe (a1,c) mit Bockwurst und Brot(a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 2, 3, 4 a1, c, d, f, g, i Portionsgewicht: 258,3 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1181 kJ, Nährwert kcal: 315 kcal, Eiweißgehalt: 3,56 g, Fettgehalt: 3,44 g, Kohlenhydrate: 23,15 g, Ballaststoffe: 2,24 g, Broteinheiten: 2 BE

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, f - Erdnüsse, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamsamen