

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

27.01.2020 - 31.01.2020



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Free Flow	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h</p> <p>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</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h</p> <p>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</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h</p> <p>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</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h</p> <p>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</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, g, h</p> <p>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</p>
Tagesgericht	<p>Kartoffelsuppe (a=Weizen,d) mit Einlage (2,3,4) (a=Weizen,d,g,h) und Brot (a,c,d,f,g,i)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, c, d, f, g, i</p> <p>2, 3, 4 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</p>	<p>Wikingertopf (a1,b,c,d,h,j) in Soße, dazu Reis und Gemüse</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 431,25 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 2477 kJ, Nährwert kcal: 591 kcal, Eiweißgehalt: 25,68 g, Fettgehalt: 17,12 g, Kohlenhydrate: 82,44 g, Ballaststoffe: 8,59 g, Broteinheiten: 7 BE</p>	<p>Geflügelwürfel in leichter Soße, dazu Reis und Gemüse</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 401,21 g, Fettpunkte: 11, Nährwert kj: 2052 kJ, Nährwert kcal: 490 kcal, Eiweißgehalt: 31,68 g, Fettgehalt: 10,91 g, Kohlenhydrate: 65,14 g, Ballaststoffe: 4,89 g, Broteinheiten: 5,5 BE</p>	<p>Cevapcici (a=Weizen,b,c,d,h,i) mit Djuwetschreis und Ketchup (9), Rohkost</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a, b, c, d, h, j</p> <p>9 Portionsgewicht: 402,13 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 2597 kJ, Nährwert kcal: 619 kcal, Eiweißgehalt: 8,67 g, Fettgehalt: 1,72 g, Kohlenhydrate: 72,96 g, Ballaststoffe: 6,83 g, Broteinheiten: 6,5 BE</p>	<p>Hokifilet (a1,e,c,j)mit Rahmspinat (c) und Salzkartoffeln</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 370,26 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1545 kJ, Nährwert kcal: 369 kcal, Eiweißgehalt: 20,68 g, Fettgehalt: 19,82 g, Kohlenhydrate: 22,69 g, Ballaststoffe: 5,37 g, Broteinheiten: 2 BE</p>

Inhaltsstoffe:

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