Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

03.02.2020 - 07.02.2020

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	Linsensuppe(d) mit Einlage (a=Weizen,d) und Brötchen(a,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 2, 3, 4, 8, 9 a1, c, d, j Portionsgewicht: 431,13 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1371 kJ, Nährwert kcal: 356 kcal, Eiweißgehalt: 12,73 g, Fettgehalt: 1,02 g, Kohlenhydrate: 26,93 g, Ballaststoffe: 7,06 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Backfisch (a=Weizen,d,g,h) mit Remouladensauce (b,c,h,j), Salzkartoffeln und Rohkost mit Dipp (b,c,j,h), Prod. 0 Verk. 0 9 a1, b, c, e, g, h, j Portionsgewicht: 468,67 g, Fettpunkte: 41, Nährwert kj: 3029 kJ, Nährwert kcal: 723 kcal, Eiweißgehalt: 7,93 g, Fettgehalt: 41,16 g, Kohlenhydrate: 42,69 g, Ballaststoffe: 7,01 g, Broteinheiten: 3,5 BE	Lasagne (a= Weizen, b,c,)(9) mit Spitzkohlsalat Prod. 0 Verk. 0 9 a1, b, c Portionsgewicht: 384,8 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1973 kJ, Nährwert kcal: 471 kcal, Eiweißgehalt: 23,21 g, Fettgehalt: 17,02 g, Kohlenhydrate: 53,24 g, Ballaststoffe: 6,04 g, Broteinheiten: 4,5 BE	Hähnchenunterkeule mit Soße (a1), Nudeln (a1) und Salat Prod. 0 Verk. 0 a1 Portionsgewicht: 559,8 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 2278 kJ, Nährwert kcal: 538 kcal, Eiweißgehalt: 41,93 g, Fettgehalt: 9,5 g, Kohlenhydrate: 60,2 g, Ballaststoffe: 3,33 g, Broteinheiten: 4,5 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, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

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