Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

20.03.2023 - 24.03.2023

Der Hauskoch
Genuss, der ankommt.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Free Flow	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Free Flow Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g
Tagesgericht	Erbseneintopf (d) mit Einlage (3,4,d,h) und Brot (a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 4, 8 a1, c, d, f, g, h, i Portionsgewicht: 508 g, Fettpunkte: 24, Nährwert kj: 2391 kJ, Nährwert kcal: 570 kcal, Eiweißgehalt: 26,93 g, Fettgehalt: 23,99 g	Spirellis(a1,) mit Tomatengemüsesoße(9) und Salat Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c Portionsgewicht: 1115,34 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1725 kJ, Nährwert kcal: 407 kcal, Eiweißgehalt: 13,33 g, Fettgehalt: 1,75 g	Currywurst (4,8,9) mit Wedges und Salat Prod. 0 Verk. 0 1, 2, 4, 8, 9 a1, b, c, d, g, h, i, j, k Portionsgewicht: 307,06 g, Fettpunkte: 24, Nährwert kj: 2371 kJ, Nährwert kcal: 566 kcal, Eiweißgehalt: 10,41 g, Fettgehalt: 23,56 g	Schupfnudeln(b,c,d) mit Gemüse und Kräuterquark(c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 569,5 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 3018 kJ, Nährwert kcal: 722 kcal, Eiweißgehalt: 20,2 g, Fettgehalt: 7,65 g	Tortellinikäseauflauf (a1,b,c,d) mit Gemüsebeilage und einem Bratling (a1,d,h,g,i,f) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, d, i Portionsgewicht: 359,4 g, Fettpunkte: 24, Nährwert kj: 1976 kJ, Nährwert kcal: 472 kcal, Eiweißgehalt: 19,14 g, Fettgehalt: 24,24 g

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 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, j - Soja, k - Sulfur