Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

30.05.2022 - 03.06.2022

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	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	Spaghetti (A=Weizen) 'Carbonara' (A=Weizen,c,d,) dazu Salat Prod. 0 Verk. 0 2, 3, 8 a1, d Portionsgewicht: 408,9 g, Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 2748 kJ, Nährwert kcal: 655 kcal, Eiweißgehalt: 36,4 g, Fettgehalt: 5,05 g	Geflügelfrikadelle (a1,b,c) mit Jägersoße (a1,h), Salzkartoffeln und Salat Prod. 0 Verk. 0 a, b, c, d, h, j Portionsgewicht: 345,7 g, Fettpunkte: 34, Nährwert kj: 2561 kJ, Nährwert kcal: 612 kcal, Eiweißgehalt: 4,89 g, Fettgehalt: 33,91 g	Gyros vom Geflügel (50) (a1,c) mit Reis, Tzatziki (52) (c,d) Prod. 0 Verk. 0 a, c Portionsgewicht: 317,9 g, Fettpunkte: 11, Nährwert kj: 2185 kJ, Nährwert kcal: 521 kcal, Eiweißgehalt: 8,27 g, Fettgehalt: 10,68 g	Gemüsemaultaschen (a1,b,c,d) und Tomatensauce (2,d), dazu Salat Prod. 0 Verk. 0 2, 9 a1, b, c, d Portionsgewicht: 1246,7 g, Fettpunkte: 29, Nährwert kj: 2879 kJ, Nährwert kcal: 686 kcal, Eiweißgehalt: 33,06 g, Fettgehalt: 28,84 g

Inhaltsstoffe:

2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, h - Senf, j - Soja