

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

04.03.2019 - 08.03.2019



	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
Tagesgericht			Hokifilet (a1,e,c,i) in Sauerrahmsauce (a1, c), Kartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 428,76 g, Fettpunkte: 22, Nährwert kj: 1733 kJ, Nährwert kcal: 413 kcal, Eiweißgehalt: 25,5 g, Fettgehalt: 21,7 g, Kohlenhydrate: 28,39 g, Ballaststoffe: 7,2 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Endivien durcheinander (c,d,j) mit einer Frikadelle (a1,d,h,i) Prod. 0 Verk. 0 a, b, c, d, h, j Portionsgewicht: 168,8 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1427 kJ, Nährwert kcal: 340 kcal, Eiweißgehalt: 8,83 g, Fettgehalt: 1,5 g, Kohlenhydrate: 71,27 g, Ballaststoffe: 15,03 g, Broteinheiten: 6 BE	Gyros vom Geflügel (50) (a1,c) mit Reis, Tzatziki (52) (c,d) und Salat Prod. 0 Verk. 0 a, c Portionsgewicht: 312,9 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 2147 kJ, Nährwert kcal: 511 kcal, Eiweißgehalt: 8,28 g, Fettgehalt: 9,44 g, Kohlenhydrate: 42,14 g, Ballaststoffe: 1,7 g, Broteinheiten: 3,5 BE

Inhaltsstoffe:

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