

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

18.03.2019 - 22.03.2019



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Free Flow</b>	<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>
<b>Tagesgericht</b>	<p>Currywurst (4,8) (a1,d,h) mit Schmörgelchen und Krautsalat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 d, h</p> <p>4, 8, 9 Portionsgewicht: 476,46 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2450 kJ, Nährwert kcal: 587 kcal, Eiweißgehalt: 5,22 g, Fettgehalt: 17,64 g, Kohlenhydrate: 43,1 g, Ballaststoffe: 6,4 g, Broteinheiten: 3,5 BE</p>	<p>Frühlingsrolle (a1, d,f,g) mit süß-saurer Soße (9) (a1), dazu Reis und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>9 Portionsgewicht: 320,35 g, Fettpunkte: 19, Nährwert kj: 2491 kJ, Nährwert kcal: 595 kcal, Eiweißgehalt: 15,7 g, Fettgehalt: 19,16 g, Kohlenhydrate: 89,52 g, Ballaststoffe: 3,46 g, Broteinheiten: 7,5 BE</p>	<p>Cevapcici (a=Weizen,b,c,d,h,i) mit Djuwetschreis und Ketchup (9), Salat und Dressing (9)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a, b, c, d, h, j</p> <p>9 Portionsgewicht: 310,13 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 2414 kJ, Nährwert kcal: 578 kcal, Eiweißgehalt: 6,81 g, Fettgehalt: 1,17 g, Kohlenhydrate: 66,31 g, Ballaststoffe: 3,6 g, Broteinheiten: 5,5 BE</p>	<p>Geflügelfrikassee(a1,c,j) mit Karotten und Erbsen, dazu Vollkornreis</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 489,5 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1909 kJ, Nährwert kcal: 456 kcal, Eiweißgehalt: 3,81 g, Fettgehalt: 17,18 g, Kohlenhydrate: 39,44 g, Ballaststoffe: 5,81 g, Broteinheiten: 4 BE</p>	<p>Marinierte Putenbrustfilets auf buntem Gemüsereis (d) (Erbsen, Champignons, Tomaten, Mais, Käse(c)), dazu Krautsalat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0</p> <p>Portionsgewicht: 340,03 g, Fettpunkte: 23, Nährwert kj: 2432 kJ, Nährwert kcal: 581 kcal, Eiweißgehalt: 26,92 g, Fettgehalt: 22,96 g, Kohlenhydrate: 65,65 g, Ballaststoffe: 7,09 g, Broteinheiten: 5,5 BE</p>

**Inhaltsstoffe:**

4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

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