Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

01.04.2019 - 05.04.2019

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	Geflügelrollbraten mit Soße (a1) Kartoffelpüree (c,d,j)) und Grillgemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 731,3 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 1645 kJ, Nährwert kcal: 392 kcal, Eiweißgehalt: 6,75 g, Fettgehalt: 9,7 g, Kohlenhydrate: 32,57 g, Ballaststoffe: 12,64 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Eier gekocht in Kräutersoße(a1,c), dazu Kartoffelbrei (c,d,j) und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 422,98 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 778 kJ, Nährwert kcal: 186 kcal, Eiweißgehalt: 16,75 g, Fettgehalt: 1,35 g, Kohlenhydrate: 25,86 g, Ballaststoffe: 7,8 g, Broteinheiten: 2 BE	Bratwurst(4,8)(a1,d,h) mit Paprikasoße dazu Kartoffelpüree (c,d,j) und Brokkoli Prod. 0 Verk. 0 4, 8, 9 d, h Portionsgewicht: 468,5 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1723 kJ, Nährwert kcal: 413 kcal, Eiweißgehalt: 7,25 g, Fettgehalt: 1,08 g, Kohlenhydrate: 37,76 g, Ballaststoffe: 10,34 g, Broteinheiten: 3 BE	Wirsing durcheinander (a1) mit einer Mettwurst (4,8) (a1,d,g,h) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 444,5 g, Fettpunkte: 25, Nährwert kj: 1396 kJ, Nährwert kcal: 333 kcal, Eiweißgehalt: 18,4 g, Fettgehalt: 25,13 g, Kohlenhydrate: 3,87 g, Ballaststoffe: 3,75 g, Broteinheiten: 0,5 BE	Rindergulasch (a=Weizen) mit Nudeln(a=Weizen) und Salat Prod. 0 Verk. 0 8 a1 Portionsgewicht: 735,5 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2360 kJ, Nährwert kcal: 559 kcal, Eiweißgehalt: 10,91 g, Fettgehalt: 18,15 g, Kohlenhydrate: 59,92 g, Ballaststoffe: 4,89 g, Broteinheiten: 5 BE

Inhaltsstoffe:

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

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