Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

08.05.2023 - 12.05.2023

Der Hauskoch
Genuss, der ankommt.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Königsberger Klopse (a=Weizen,c,d,h), Sauce) mit Salzkartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 345,06 g, Fettpunkte: 12, Nährwert kj: 1374 kJ, Nährwert kcal: 328 kcal, Eiweißgehalt: 19,17 g, Fettgehalt: 12,46 g	Hähnchen in Currysauce (a1,c) Butterreis und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 470,35 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1742 kJ, Nährwert kcal: 413 kcal, Eiweißgehalt: 25,04 g, Fettgehalt: 1,97 g	Sternchensuppe (a1,b,d,j) Pfannekuchen (3,14) (a1,b,c) mit Apfelmus(9) - kein Dessert - Prod. 0 Verk. 0 3 a1, b, d, j Portionsgewicht: 3240 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 2348 kJ, Nährwert kcal: 557 kcal, Eiweißgehalt: 3,07 g, Fettgehalt: 0,55 g	Hokifilet(a1,e,c,j), Reis und Gemüse in weißer Soße(c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 421,31 g, Fettpunkte: 21, Nährwert kj: 2608 kJ, Nährwert kcal: 622 kcal, Eiweißgehalt: 6,95 g, Fettgehalt: 20,53 g	Blumenkohl-Kartoffel-Aufl auf (b,c,) Prod. 0 Verk. 0 a1 Portionsgewicht: 338,26 g, Fettpunkte: 11, Nährwert kj: 1217 kJ, Nährwert kcal: 291 kcal, Eiweißgehalt: 17,03 g, Fettgehalt: 11,26 g
Menü 2	Frühlingssuppe (a1,d), mit viel Gemüse Milchreis (c,k) mit ZimtZucker und angedickten Kirschen (a=Weizen) - kein Dessert - Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 780,75 g, Fettpunkte: 14, Nährwert kj: 4394 kJ, Nährwert kcal: 1020 kcal, Eiweißgehalt: 21,17 g, Fettgehalt: 14,42 g	Schupfnudeln(b,c,d) mit Gemüse und Kräuterquark(c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 569,5 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 3018 kJ, Nährwert kcal: 722 kcal, Eiweißgehalt: 20,2 g, Fettgehalt: 7,65 g	Putengeschnetzeltes (a1,c) mit Nudeln (a1) und Möhrengemüse Prod. 0 Verk. 0 3 Portionsgewicht: 657,8 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 2287 kJ, Nährwert kcal: 547 kcal, Eiweißgehalt: 10,7 g, Fettgehalt: 12,52 g	Rinderhacksteak (a1,b,d,g,h) 'Jäger Art' dazu Salzkartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 h Portionsgewicht: 304,7 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 1791 kJ, Nährwert kcal: 429 kcal, Eiweißgehalt: 4,13 g, Fettgehalt: 10,19 g	Hühnernudelsuppentopf (a1,b,d,j) dazu Brötchen (a1,a2,a3,a4,a5,a6,c,i,i) Prod. 0 Verk. 0 a1, a2, a3, a4, a5, a6, Portionsgewicht: 527,1 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1172 kJ, Nährwert kcal: 277 kcal, Eiweißgehalt: 6,25 g, Fettgehalt: 0,74 g
Menü 3	Spirellis(a1) mit vegetarischer Bolognese (a1,j), Reibekäse (c) und Salat Prod. 0 Verk. 0 3 c Portionsgewicht: 514,6 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 1561 kJ, Nährwert kcal: 372 kcal, Eiweißgehalt: 15,01 g, Fettgehalt: 12,61 g	Gemüsemaultaschen (a1,b,c,d) und Tomatensauce (9), dazu Rohkost und Dip Prod. 0 Verk. 0 2, 9 c Portionsgewicht: 611,65 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 1570 kJ, Nährwert kcal: 374 kcal, Eiweißgehalt: 13,69 g, Fettgehalt: 9,55 g	Gemüse-Dinos (a1,Roggen,b) mit Kartoffelnund Möhren Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 250,1 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 586 kJ, Nährwert kcal: 140 kcal, Eiweißgehalt: 3,06 g, Fettgehalt: 0,17 g	Reispfanne vegetarisch (b,d) mit Möhrensticks Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 403,5 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1630 kJ, Nährwert kcal: 385 kcal, Eiweißgehalt: 8,81 g, Fettgehalt: 3,22 g	Drillinge mit Kräuterquark (c) mit Bratling (a1,b,d9 dazu Salat Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 268,75 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1049 kJ, Nährwert kcal: 250 kcal, Eiweißgehalt: 6,16 g, Fettgehalt: 1,71 g
Dessert	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Kompott Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 637,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 135 kJ, Nährwert kcal: 33 kcal, Eiweißgehalt: 0,75 g, Fettgehalt: 0,15 g	Joghurt mit Früchten (c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 100 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 353 kJ, Nährwert kcal: 83 kcal, Eiweißgehalt: 2,8 g, Fettgehalt: 3,8 g	Schokoladenpudding (1) (c,b,j,a,g) Prod. 0 Verk. 0 a, b, c, g, j Portionsgewicht: 158 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 618 kJ, Nährwert kcal: 146 kcal, Eiweißgehalt: 4,9 g, Fettgehalt: 4,2 g	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g

Inhaltsstoffe:

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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, a2 - Roggen, a3 - Gerste, a4 - Hafer, a5 - Dinkel, a6 - Kamut, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamsamen, j - Soja