Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

22.05.2023 - 26.05.2023

Der Hauskoch
Genuss, der ankommt.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Blumenkohl-Käsebratling dazu Kartoffelsalat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 295 g, Fettpunkte: 7, Nährwert kj: 1773 kJ, Nährwert kcal: 421 kcal, Eiweißgehalt: 2,79 g, Fettgehalt: 6,79 g	Putencurry Asia (a=Weizen,c) mit Reis, Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 380,95 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 1870 kJ, Nährwert kcal: 445 kcal, Eiweißgehalt: 5,76 g, Fettgehalt: 9,77 g	Fischfrikadelle (a1,e,h) mit Soße(c) dazu Kartoffeln und Balkangemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 380,86 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 1331 kJ, Nährwert kcal: 317 kcal, Eiweißgehalt: 14,37 g, Fettgehalt: 8,33 g	Blumenkohlkartoffelauflauf (a1,b,c) mit Käsekräuterkruste (c,d) , dazu Bratwurstbällchen und Salat Prod. 0 Verk. 0 4, 8 c, d Portionsgewicht: 1383,65 g, Fettpunkte: 49, Nährwert kj: 3300 kJ, Nährwert kcal: 793 kcal, Eiweißgehalt: 28,47 g, Fettgehalt: 49,41 g	Hähnchenschnitzel (a1,b,h) , Bratensoße (a1) Kartoffelgratin und Gemüse((a1,c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 513,2 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2151 kJ, Nährwert kcal: 512 kcal, Eiweißgehalt: 10,48 g, Fettgehalt: 17,86 g
Menü 2	Nudeln(a1) mit Bolognese (9)(d,h), dazu Rohkost mit Joghurtdip. Prod. 0 Verk. 0 a1, b Portionsgewicht: 858,6 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 1195 kJ, Nährwert kcal: 285 kcal, Eiweißgehalt: 10,34 g, Fettgehalt: 3,05 g	Spinatlasagne (a=Weizen,b,c) und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 329,48 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 2105 kJ, Nährwert kcal: 505 kcal, Eiweißgehalt: 18,12 g, Fettgehalt: 12,57 g	Hähnchenkeule natur mit Soße (a1), Schmörgelchen und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 411,2 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1940 kJ, Nährwert kcal: 463 kcal, Eiweißgehalt: 35,61 g, Fettgehalt: 19,82 g	Pilzgulasch(c) mit Nudeln(a1) und Möhrenalat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 539,5 g, Fettpunkte: 33, Nährwert kj: 2608 kJ, Nährwert kcal: 623 kcal, Eiweißgehalt: 12,81 g, Fettgehalt: 33,12 g	Pizzasuppe (a1,c,d) mit Brotbeilage(a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 1 Portionsgewicht: 476,45 g, Fettpunkte: 34, Nährwert kj: 3210 kJ, Nährwert kcal: 767 kcal, Eiweißgehalt: 31,88 g, Fettgehalt: 33,88 g
Menü 3	Spinat-Dinkel-Taler (a1,a5, b,c,d,g,h,j) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Tomatensoße (a1), Prod. 0 Verk. 0 2, 3, 9 Portionsgewicht: 422 g, Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 939 kJ, Nährwert kcal: 224 kcal, Eiweißgehalt: 16,12 g, Fettgehalt: 4,61 g	Sternchensuppe(a,d) Kartoffelrösti (a1,d) mit Apfelmus -Kein Dessert- Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 28,3 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 107 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,07 g, Fettgehalt: 0,02 g	Bunte Reispfanne vegetarisch (b,d)mit Paprika und Zucchini und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 344,5 g, Fettpunkte: 28, Nährwert kj: 2457 kJ, Nährwert kcal: 583 kcal, Eiweißgehalt: 9,58 g, Fettgehalt: 28,24 g	Gemüse-Dinos (a1,Roggen,b) mit Nudelsalat (a1, b,c) Prod. 0 Verk. 0 1, 2, 9 Portionsgewicht: 191,55 g, Fettpunkte: 12, Nährwert kj: 1628 kJ, Nährwert kcal: 387 kcal, Eiweißgehalt: 10,93 g, Fettgehalt: 11,92 g	Vegetarisches Schnitzel (a1,b,d)von verschiedenen Gemüsen in Kräutersoße (a1,c) und Kartoffelgratin (c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 401,98 g, Fettpunkte: 11, Nährwert kj: 1265 kJ, Nährwert kcal: 302 kcal, Eiweißgehalt: 20,27 g, Fettgehalt: 11,1 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	Vanillequark(c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 21 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 340 kJ, Nährwert kcal: 81 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Pfirsichjoghurt (c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 140 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 423 kJ, Nährwert kcal: 100 kcal, Eiweißgehalt: 2,97 g, Fettgehalt: 3,07 g	Milchreis (c) mit Zimt-Zucker Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 112 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 444 kJ, Nährwert kcal: 105 kcal, Eiweißgehalt: 3,84 g, Fettgehalt: 3,63 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:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie