Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

17.12.2018 - 21.12.2018

Der Hauskoch
Genuss, der ankommt.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Monster-Ravioli (a1b,c,d) dazu Tomatensoße (9) und Salat Prod. 0 Verk. 0 9 Portionsgewicht: 377 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1217 kJ, Nährwert kcal: 290 kcal, Eiweißgehalt: 10,1 g, Fettgehalt: 2,23 g	Rindergulasch(a1,d,c) mit Kartoffeln und Apfelrotkohl (9) Prod. 10 Verk. 10 8 Portionsgewicht: 730,5 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 1517 kJ, Nährwert kcal: 361 kcal, Eiweißgehalt: 5,34 g, Fettgehalt: 9,08 g	Sternchensuppe (a1) 2 Pfannekuchen (8) (a1,b,c,g,j) mit Apfelmus(9) - kein Dessert - Prod. 0 Verk. 0 8 Portionsgewicht: 3210 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1673 kJ, Nährwert kcal: 398 kcal, Eiweißgehalt: 0,7 g, Fettgehalt: 0,31 g	Backfisch (a1,d,e,h) mit Erbsen in weißer Soße (c) und Kartoffelpüree (c,j,d) Prod. 40 Verk. 40 Portionsgewicht: 281,13 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 2041 kJ, Nährwert kcal: 487 kcal, Eiweißgehalt: 2,55 g, Fettgehalt: 20,12 g	Erbseneintopf(2,3,4) mit Einlage (a1,d,h)und Brot (a1,c,d,f,g,i) Prod. 40 Verk. 40 2, 3, 4 Portionsgewicht: 423 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1609 kJ, Nährwert kcal: 417 kcal, Eiweißgehalt: 14,21 g, Fettgehalt: 1,49 g
Menü 2	Möhren durcheinander (a1,c) mit einer Frikadelle (a1,b,d,h,i) Prod. 55 Verk. 55 Portionsgewicht: 262,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1037 kJ, Nährwert kcal: 249 kcal, Eiweißgehalt: 0,21 g, Fettgehalt: 0,12 g	Hähnchenbrustfilet Cordon Bleu (a1,c) dazu Reis und Gemüse in weißer Soße (c) Prod. 40 Verk. 40 Portionsgewicht: 396,25 g, Fettpunkte: 15, Nährwert kj: 2300 kJ, Nährwert kcal: 549 kcal, Eiweißgehalt: 37,52 g, Fettgehalt: 15,09 g	Fleischkäse (Geflügel) , Soße (a1,c), Kartoffeln und Möhrengemüse Prod. 40 Verk. 40 2, 4 Portionsgewicht: 441,2 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 1621 kJ, Nährwert kcal: 395 kcal, Eiweißgehalt: 3,48 g, Fettgehalt: 8,58 g	Lasagne (a= Weizen, b,c,)(9) mit Spitzkohlsalat Prod. 0 Verk. 0 9 Portionsgewicht: 384,8 g, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1973 kJ, Nährwert kcal: 471 kcal, Eiweißgehalt: 23,21 g, Fettgehalt: 17,02 g	Wir wünschen allen schöne Weihnachtsferien! Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 9,5 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g
Menü 3	Bulgurbratling(a1,c) gefüllt mit Frischkäse(c), dazu Sourcrreme (c) Vollkornreis und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 320,2 g, Fettpunkte: 30, Nährwert kj: 2435 kJ, Nährwert kcal: 582 kcal, Eiweißgehalt: 23,48 g, Fettgehalt: 29,69 g	veg. Kohlroulade (a1,b) mit brauner Soße (a1), Salzkartoffeln und Apfelrotkohl (9) Prod. 1 Verk. 1 Portionsgewicht: 562,8 g, Fettpunkte: 5, Nährwert kj: 1229 kJ, Nährwert kcal: 294 kcal, Eiweißgehalt: 22,43 g, Fettgehalt: 4,98 g	Spinatknödel (a1,b,c,d) mit Käsesoße(a1,c) Blattsalat und Joghurtdressing (c) Prod. 10 Verk. 10 Portionsgewicht: 257,82 g, Fettpunkte: 13, Nährwert kj: 959 kJ, Nährwert kcal: 229 kcal, Eiweißgehalt: 17,1 g, Fettgehalt: 12,9 g	Eieromelette(b,c) mit Spinat(c) und Kartoffeln Prod. 11 Verk. 11 b, c Portionsgewicht: 338,26 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 887 kJ, Nährwert kcal: 212 kcal, Eiweißgehalt: 3,35 g, Fettgehalt: 0,64 g	Gemüse-Kartoffelauflauf(a1,b,c) mit Käsekräuterkruste dazu Salatbeilage Prod. 10 Verk. 10 Portionsgewicht: 221,8 g, Fettpunkte: 23, Nährwert kj: 1273 kJ, Nährwert kcal: 304 kcal, Eiweißgehalt: 18,47 g, Fettgehalt: 23,42 g
Dessert	Saisonobst Prod. 55 Verk. 55 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Mandarinenquark (c) Prod. 51 Verk. 51 Portionsgewicht: 100 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 322 kJ, Nährwert kcal: 77 kcal, Eiweißgehalt: 10,88 g, Fettgehalt: 0,19 g	Stracciatellacreme (c,g,h) kann Spuren entahlten von: a1, Gerste, Roggen, Hafer, Dinkel) Prod. 50 Verk. 50 4 Portionsgewicht: 100 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1600 kJ, Nährwert kcal: 382 kcal, Eiweißgehalt: 0,6 g, Fettgehalt: 0,7 g	Götterspeise mit Vanillesoße (a=Weizen,c,j) Prod. 51 Verk. 51 a, b, c, g, j Portionsgewicht: 150,5 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 641 kJ, Nährwert kcal: 153 kcal, Eiweißgehalt: 1,2 g, Fettgehalt: 1,3 g	Saisonobst Prod. 50 Verk. 50 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, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln

a - Glutenhaltiges Getreide, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, g - Schalenfrüchte, j - Soja