Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

04.12.2017 - 08.12.2017

Der Hauskoch
Genuss, der ankommt.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Chili con Carne (9) mit Reis Paprika-Mais-Salat Prod. 0 Verk. 0 9 Portionsgewicht: 828,25 g, Nährwert kcal: 1084 kcal, Kohlenhydrate: 177,26 g, Ballaststoffe: 22,34 g, Broteinheiten: 15 BE	Geflügelbratwurst (4,8) mit Kartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 4, 8, 9 d, h Portionsgewicht: 351 g, Nährwert kcal: 364 kcal, Kohlenhydrate: 27,8 g, Ballaststoffe: 7,16 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Putenrollbraten in Soße (a1) Kartoffeln und Erbsen mit Möhren Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 513,8 g, Nährwert kcal: 530 kcal, Kohlenhydrate: 22,52 g, Ballaststoffe: 7,16 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Fischstäbchen(a1,e,h) mit Rahmspinat(c) und Salzkartoffeln Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 358,26 g, Nährwert kcal: 384 kcal, Kohlenhydrate: 22,65 g, Ballaststoffe: 6,21 g, Broteinheiten: 3 BE	Kartoffelsuppe (a=Weizen,d) mit Einlage (2,3,4) (a=Weizen,d,g,h) und Brot (a,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 2, 3, 4 a1, c, d, f, g, i Portionsgewicht: 464,7 g, Nährwert kcal: 349 kcal, Kohlenhydrate: 29,3 g, Ballaststoffe: 7,01 g, Broteinheiten: 3 BE
Menü 2	Eier gekocht in Kräutersoße(a1,c), dazu Kartoffelbrei (c,d,j) und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 422,98 g, Nährwert kcal: 186 kcal, Kohlenhydrate: 25,86 g, Ballaststoffe: 7,8 g, Broteinheiten: 2 BE	Hokifilet(a1,e,c,j mit Currysauce, Reis und Gurkensalat Prod. 0 Verk. 0 9 Portionsgewicht: 1059,81 g, Nährwert kcal: 702 kcal, Kohlenhydrate: 79,3 g, Ballaststoffe: 5,45 g, Broteinheiten: 6,5 BE	Tortellini-Spinat-Auflauf (a1,b,c,d) mit Käse (c) überbacken, dazu Gurkensalat. Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c Portionsgewicht: 981,5 g, Nährwert kcal: 497 kcal, Kohlenhydrate: 19,43 g, Ballaststoffe: 9,01 g, Broteinheiten: 1,5 BE	Gyros vom Geflügel (50) (a1,c) mit Reis, Tzatziki (52) (c,d) und Salat Prod. 0 Verk. 0 a, c Portionsgewicht: 409,15 g, Nährwert kcal: 600 kcal, Kohlenhydrate: 62,45 g, Ballaststoffe: 2,05 g, Broteinheiten: 5,5 BE	Blumekohlbratling (a1,d,h) mit Kartoffeln, Bechamelsauce (a1,c) und Salat Prod. 0 Verk. 0 1, 2 a1, c, d, f, g, h, i Portionsgewicht: 363 g, Nährwert kcal: 383 kcal, Kohlenhydrate: 42,67 g, Ballaststoffe: 7,39 g, Broteinheiten: 3,5 BE
Menü 3	Spinat-Käse-Taler (b,c) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Tomatensoße (a1) Prod. 0 Verk. 0 9 Portionsgewicht: 472 g, Nährwert kcal: 234 kcal, Kohlenhydrate: 32,25 g, Ballaststoffe: 9,1 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Pilzgulasch (c) mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 286 g, Nährwert kcal: 252 kcal, Kohlenhydrate: 21,15 g, Ballaststoffe: 6,2 g, Broteinheiten: 2 BE	Kartoffeltasche a1,b,c) , mit Schmörgelchen und kleinem gemischten Salat mit Dressing(c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 450 g, Nährwert kcal: 312 kcal, Kohlenhydrate: 48,94 g, Ballaststoffe: 11,92 g, Broteinheiten: 4 BE	veg. Kohlroulade (a1,b) mit brauner Soße (a1), Salzkartoffeln Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 420,8 g, Nährwert kcal: 250 kcal, Kohlenhydrate: 28,69 g, Ballaststoffe: 8,91 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Gnocchi (b) mit Tomatensoße (9) und Streukäse (c) Salat Prod. 0 Verk. 0 9 c, e Portionsgewicht: 427 g, Nährwert kcal: 413 kcal, Kohlenhydrate: 63,13 g, Ballaststoffe: 5,17 g, Broteinheiten: 5,5 BE
Dessert	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Nährwert kcal: 0 kcal, Kohlenhydrate: 0 g, Ballaststoffe: 0 g, Broteinheiten: 0 BE	Vanillepudding(c) Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c, g Portionsgewicht: 128 g, Nährwert kcal: 173 kcal, Kohlenhydrate: 31,14 g, Ballaststoffe: 0,1 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Kirschjoghurt (c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 100 g, Nährwert kcal: 66 kcal, Kohlenhydrate: 4 g, Ballaststoffe: 0 g, Broteinheiten: 0,5 BE	Milchreis (c) mit Zimt-Zucker Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 466,75 g, Nährwert kcal: 645 kcal, Kohlenhydrate: 113,1 g, Ballaststoffe: 1,46 g, Broteinheiten: 9,5 BE	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Nährwert kcal: 0 kcal, Kohlenhydrate: 0 g, Ballaststoffe: 0 g, Broteinheiten: 0 BE

Inhaltsstoffe:

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

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, e - Fisch, f - Erdnüsse, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamesamen