

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

19.03.2018 - 23.03.2018



	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	Hähnchenbrustfilet Cordon Bleu (a1,c) dazu Reis und Brokkoli in weißer Soße (c) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 396,25 g, Fettpunkte: 15, Nährwert kj: 2300 kJ, Nährwert kcal: 549 kcal, Eiweißgehalt: 37,52 g, Fettgehalt: 15,09 g, Kohlenhydrate: 64,76 g, Ballaststoffe: 4,83 g, Broteinheiten: 5,5 BE	Geflügelfrikadelle (a1,c,d,h) mit Soße dazu Kartoffelpüree (c,d,j) und Kohlrabigemüse (c) Prod. 0 Verk. 0 a, b, c, d, h, j Portionsgewicht: 420,8 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1328 kJ, Nährwert kcal: 318 kcal, Eiweißgehalt: 2,91 g, Fettgehalt: 1,12 g, Kohlenhydrate: 19,99 g, Ballaststoffe: 6,25 g, Broteinheiten: 2 BE	Ei-Patty(b,c,j) mit Spinat(c) und Kartoffeln Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 323,26 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 692 kJ, Nährwert kcal: 165 kcal, Eiweißgehalt: 11,53 g, Fettgehalt: 0,79 g, Kohlenhydrate: 23,07 g, Ballaststoffe: 5,37 g, Broteinheiten: 2 BE	Putengeschnetzeltes 'Asia' (a=Weizen,d) mit Reis und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 247,25 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1397 kJ, Nährwert kcal: 334 kcal, Eiweißgehalt: 4,89 g, Fettgehalt: 0,36 g, Kohlenhydrate: 59,18 g, Ballaststoffe: 1,06 g, Broteinheiten: 5 BE	Bifteki gefüllt mit Käse-Creme (a1,b,c)(8,3) mit Djuwetschreis und Tzaziki (c) Prod. 0 Verk. 0 c, d, h Portionsgewicht: 263,41 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 1289 kJ, Nährwert kcal: 307 kcal, Eiweißgehalt: 9,96 g, Fettgehalt: 1,69 g, Kohlenhydrate: 58,11 g, Ballaststoffe: 3,17 g, Broteinheiten: 5 BE

Inhaltsstoffe:

a - Glutenhaltiges Getreide, a1 - Weizen, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, g - Schalenfrüchte, h - Senf, j - Soja