

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

08.01.2018 - 12.01.2018



| | 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 | 1 Gemüseburger (a1,b,c,d,f,g,h,i) , Brötchen (a1,c,j) zum Selberbelegen Ketchup (9) und Wedges Prod. 0 Verk. 0 a1, c, d, f, g, h, i, j 1, 2, 8, 9 Portionsgewicht: 426 g, Fettpunkte: 12, Nährwert kj: 2247 kJ, Nährwert kcal: 536 kcal, Eiweißgehalt: 19,05 g, Fettgehalt: 12,24 g, Kohlenhydrate: 32,47 g, Ballaststoffe: 4,93 g, Broteinheiten: 5 BE | Geflügelbuckwurst (2,3,4) (a=Weizen,d,h)mit Kartoffelpüree (c,d,j) und Soße (a=Weizen) und Bio-Bohnen Prod. 0 Verk. 0 a1, c, d 2, 3, 4 Portionsgewicht: 300,8 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 977 kJ, Nährwert kcal: 266 kcal, Eiweißgehalt: 2,58 g, Fettgehalt: 0,33 g, Kohlenhydrate: 19,37 g, Ballaststoffe: 4,01 g, Broteinheiten: 1,5 BE | Rinderhacksteak (h) mit Nudeln (a1) und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 a1, h Portionsgewicht: 257 g, Fettpunkte: 2, Nährwert kj: 2082 kJ, Nährwert kcal: 499 kcal, Eiweißgehalt: 9,27 g, Fettgehalt: 2,1 g, Kohlenhydrate: 52,11 g, Ballaststoffe: 7,8 g, Broteinheiten: 4,5 BE | Wurstgulasch (4,8) (a1,d,h) mit Paprika, Zwiebeln, Mais und Spiralnudeln (a1), dazu Spitzkohlsalat Prod. 0 Verk. 0 a1, d, h 4, 8, 9 Portionsgewicht: 570 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 2067 kJ, Nährwert kcal: 494 kcal, Eiweißgehalt: 9,11 g, Fettgehalt: 4,06 g, Kohlenhydrate: 61,98 g, Ballaststoffe: 7,42 g, Broteinheiten: 5 BE | Nürnberger Rostbratwürstchen (a=Weizen,d,h) mit Soße (a=Weizen), Kartoffelpüree (c,d,j) und Sauerkraut Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 512,3 g, Fettpunkte: 41, Nährwert kj: 2231 kJ, Nährwert kcal: 532 kcal, Eiweißgehalt: 14,98 g, Fettgehalt: 41,37 g, Kohlenhydrate: 22,25 g, Ballaststoffe: 7,6 g, Broteinheiten: 2 BE |

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, f - Erdnüsse, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamesamen, j - Soja