

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

11.12.2017 - 15.12.2017



	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	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, Fettpunkte: 17, Nährwert kj: 1614 kJ, Nährwert kcal: 383 kcal, Eiweißgehalt: 22,49 g, Fettgehalt: 16,64 g, Kohlenhydrate: 42,67 g, Ballaststoffe: 7,39 g, Broteinheiten: 3,5 BE	Mettwurst(a1,d,g,h) mit Grünkohl (d) und Kartoffeln Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 851,8 g, Fettpunkte: 59, Nährwert kj: 3676 kJ, Nährwert kcal: 878 kcal, Eiweißgehalt: 35,05 g, Fettgehalt: 56,78 g, Kohlenhydrate: 51,23 g, Ballaststoffe: 19,51 g, Broteinheiten: 4,5 BE	Geflügelfrikassee(a1,c,j) mit Karotten und Erbsen, dazu Reis Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 463,25 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 1434 kJ, Nährwert kcal: 342 kcal, Eiweißgehalt: 5,13 g, Fettgehalt: 0,6 g, Kohlenhydrate: 59,62 g, Ballaststoffe: 2,38 g, Broteinheiten: 5 BE	Chicken Nuggets (a1,c,d,h), Schmörgelchen, Ketchup und Salat mit Dressing (c) Prod. 0 Verk. 0 9 a, c Portionsgewicht: 344,4 g, Fettpunkte: 19, Nährwert kj: 1668 kJ, Nährwert kcal: 399 kcal, Eiweißgehalt: 26,73 g, Fettgehalt: 19,24 g, Kohlenhydrate: 25,82 g, Ballaststoffe: 4,18 g, Broteinheiten: 2,5 BE	Eieromlette(b,c) mit Champignon a la Creme (a1,c) und Kartoffelpüree (c,d,j) Prod. 0 Verk. 0 b, c Portionsgewicht: 375,8 g, Fettpunkte: 1, Nährwert kj: 846 kJ, Nährwert kcal: 203 kcal, Eiweißgehalt: 5,73 g, Fettgehalt: 0,95 g, Kohlenhydrate: 21,54 g, Ballaststoffe: 6,62 g, Broteinheiten: 2 BE

Inhaltsstoffe:

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 9 = mit Süßungsmitteln

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