

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

24.06.2024 - 28.06.2024



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Free Flow</b>	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 2, 9 d Portionsgewicht: 151 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 112 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,97 g, Fettgehalt: 0,1 g, Kohlenhydrate: 5,74 g, Ballaststoffe: 0,54 g, Broteinheiten: 0,5 BE	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 2, 9 d Portionsgewicht: 151 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 112 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,97 g, Fettgehalt: 0,1 g, Kohlenhydrate: 5,74 g, Ballaststoffe: 0,54 g, Broteinheiten: 0,5 BE	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 2, 9 d Portionsgewicht: 151 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 112 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,97 g, Fettgehalt: 0,1 g, Kohlenhydrate: 5,74 g, Ballaststoffe: 0,54 g, Broteinheiten: 0,5 BE	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 2, 9 d Portionsgewicht: 151 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 112 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,97 g, Fettgehalt: 0,1 g, Kohlenhydrate: 5,74 g, Ballaststoffe: 0,54 g, Broteinheiten: 0,5 BE	Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de) Prod. 0 Verk. 0 2, 9 d Portionsgewicht: 151 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 112 kJ, Nährwert kcal: 26 kcal, Eiweißgehalt: 0,97 g, Fettgehalt: 0,1 g, Kohlenhydrate: 5,74 g, Ballaststoffe: 0,54 g, Broteinheiten: 0,5 BE
<b>Tagesgericht</b>	Käse-Hackfleisch-Lauch suppe (a1,c,d) dazu Brot (a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 1 a1, a2, a3, a4, a5, e Portionsgewicht: 241,73 g, Fettpunkte: 27, Nährwert kj: 1622 kJ, Nährwert kcal: 435 kcal, Eiweißgehalt: 8,11 g, Fettgehalt: 27,03 g, Kohlenhydrate: 5,31 g, Ballaststoffe: 0,42 g, Broteinheiten: 0,5 BE	Balkantopf (9, a1,d) dazu Reis und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 386,35 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 1748 kJ, Nährwert kcal: 415 kcal, Eiweißgehalt: 30,04 g, Fettgehalt: 3,73 g, Kohlenhydrate: 57,22 g, Ballaststoffe: 2,43 g, Broteinheiten: 5,5 BE	Hühnerfrikassee (a=Weizen,c, a1) mit Reis und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 299,36 g, Fettpunkte: 7, Nährwert kj: 1664 kJ, Nährwert kcal: 398 kcal, Eiweißgehalt: 17,7 g, Fettgehalt: 7,14 g, Kohlenhydrate: 60,83 g, Ballaststoffe: 2,2 g, Broteinheiten: 5 BE	Backfisch mit Currysoße (a1,e,) dazu Reis und Salat Prod. 0 Verk. 0 1, 2, 9 a1, b, c, d, e, g, h, i, j, Portionsgewicht: 516,41 g, Fettpunkte: 8, Nährwert kj: 2811 kJ, Nährwert kcal: 668 kcal, Eiweißgehalt: 14,92 g, Fettgehalt: 8,05 g, Kohlenhydrate: 104,64 g, Ballaststoffe: 4,77 g, Broteinheiten: 9 BE	Hähnchenschnitzel (a1,b,h) , Bratensoße (a1) Schmörgelchen und Gemüse( (a1,c) Prod. 0 Verk. 0 a1 Portionsgewicht: 473,2 g, Fettpunkte: 10, Nährwert kj: 1727 kJ, Nährwert kcal: 410 kcal, Eiweißgehalt: 3,71 g, Fettgehalt: 10,11 g, Kohlenhydrate: 30,61 g, Ballaststoffe: 3,83 g, Broteinheiten: 2,5 BE

**Inhaltsstoffe:**

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

a1 - Weizen, a2 - Roggen, a3 - Gerste, a4 - Hafer, a5 - Dinkel, a6 - Kamut, b - Eier, c - Milch einschl. Laktose, d - Sellerie, e - Fisch, g - Schalenfrüchte, h - Senf, i - Sesamsamen, j - Soja, k - Sulfur