

Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

13.05.2024 - 17.05.2024



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Free Flow	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>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</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>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</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>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</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>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</p>	<p>Free Flow Nudel,- Salat,- und Dessertbar verschiedene Beilagen Tagesgericht (aktueller Speiseplan www.derhauskoch.de)</p> <p>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</p>
Tagesgericht	<p>Linsensuppe(d) mit Einlage (a=Weizen,d) und Brötchen(a,c,d,f,g,i)</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 4, 8 a1, a2, a3, a4, a5, z Portionsgewicht: 341,05 g, Fettpunkte: 23, Nährwert kj: 2142 kJ, Nährwert kcal: 510 kcal, Eiweißgehalt: 25,59 g, Fettgehalt: 23,21 g, Kohlenhydrate: 35,54 g, Ballaststoffe: 6,29 g, Broteinheiten: 3,5 BE</p>	<p>Wikingertopf (a1,b,c,d,h,j) in Soße, dazu Reis und Gemüse</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 431,25 g, Fettpunkte: 18, Nährwert kj: 2462 kJ, Nährwert kcal: 588 kcal, Eiweißgehalt: 22,89 g, Fettgehalt: 18,1 g, Kohlenhydrate: 76,86 g, Ballaststoffe: 4,81 g, Broteinheiten: 7 BE</p>	<p>Ei-Patty(b,c,d) mit Spinat(c) und Kartoffeln</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 b, c, d Portionsgewicht: 322,36 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 1040 kJ, Nährwert kcal: 249 kcal, Eiweißgehalt: 12,35 g, Fettgehalt: 9,11 g, Kohlenhydrate: 24,44 g, Ballaststoffe: 5,37 g, Broteinheiten: 2 BE</p>	<p>Backfisch (a=Weizen,d,g,h) mit Kartoffelgratin (c) und Salat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 c, d, h 1, 2, 9 Portionsgewicht: 262 g, Fettpunkte: 16, Nährwert kj: 1286 kJ, Nährwert kcal: 307 kcal, Eiweißgehalt: 10,13 g, Fettgehalt: 15,57 g, Kohlenhydrate: 30,92 g, Ballaststoffe: 3,5 g, Broteinheiten: 2,5 BE</p>	<p>Lasagne (a= Weizen, b,c,)(9) mit Spitzkohlsalat</p> <p>Prod. 0 Verk. 0 a1, a2, b, c, d, h 9 Portionsgewicht: 470,35 g, Fettpunkte: 26, Nährwert kj: 2509 kJ, Nährwert kcal: 602 kcal, Eiweißgehalt: 22,36 g, Fettgehalt: 26,26 g, Kohlenhydrate: 53,95 g, Ballaststoffe: 6,34 g, Broteinheiten: 5,5 BE</p>

Inhaltsstoffe:

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

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