Nährwertangaben beziehen sich auf eine Normalportion

03.06.2024 - 07.06.2024

Der Hauskoch
Genuss, der ankommt.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Bandnudeln(a1) mit Spinatsoße ((a1,c) und Salat Prod. 0 Verk. 0 a1, b, c Portionsgewicht: 697,1 g, Fettpunkte: 53, Nährwert kj: 4136 kJ, Nährwert kcal: 987 kcal, Eiweißgehalt: 25,42 g, Fettgehalt: 53,31 g	Hamburger (9) (h), Brötchen (a=Weizen,c,d,f,g,i) zum Selberbelegen, Wedges und Salat Prod. 0 Verk. 0 8, 9 Portionsgewicht: 840,38 g, Fettpunkte: 32, Nährwert kj: 4325 kJ, Nährwert kcal: 1035 kcal, Eiweißgehalt: 23,11 g, Fettgehalt: 31,95 g	Fischli (a1,d,g,h) mit Sauerrahmsoße (a1, c), Kartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 423,86 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1971 kJ, Nährwert kcal: 473 kcal, Eiweißgehalt: 5,51 g, Fettgehalt: 20,34 g	Geflügelbockwurst (a1,c,j,f)) mit Kartoffelsalat (b,c) Prod. 0 Verk. 0 4, 8 Portionsgewicht: 230 g, Fettpunkte: 29, Nährwert kj: 1654 kJ, Nährwert kcal: 395 kcal, Eiweißgehalt: 14,27 g, Fettgehalt: 28,93 g	Nudelauflauf 'Toscana' (a=Weizen,c,d,h) mit Hähnchenstreifen,Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 1070,2 g, Fettpunkte: 28, Nährwert kj: 5338 kJ, Nährwert kcal: 1273 kcal, Eiweißgehalt: 48,22 g, Fettgehalt: 28,35 g
Menü 2	Griechisches Ofengemüse (c) mit Vollkornreis und Gemüse-Dino (a1,c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 261,55 g, Fettpunkte: 30, Nährwert kj: 2054 kJ, Nährwert kcal: 494 kcal, Eiweißgehalt: 11,91 g, Fettgehalt: 30,31 g	Nudelauflauf 'Toscana' (a1,d,h)mit Paprika und Zucchini dazu Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 301 g, Fettpunkte: 6, Nährwert kj: 1314 kJ, Nährwert kcal: 312 kcal, Eiweißgehalt: 13,98 g, Fettgehalt: 6,12 g	Hähnchenkeule mit Soße (a1), Schmörgelchen und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 447,2 g, Fettpunkte: 20, Nährwert kj: 1940 kJ, Nährwert kcal: 463 kcal, Eiweißgehalt: 35,61 g, Fettgehalt: 19,82 g	Bunte Reispfanne vegetarisch (b,d)mit Paprika und Zucchini und Salat Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 344,5 g, Fettpunkte: 28, Nährwert kj: 2457 kJ, Nährwert kcal: 583 kcal, Eiweißgehalt: 9,58 g, Fettgehalt: 28,24 g	Erbseneintopf (d) mit Einlage (3,4,d,h) und Brot (a1,c,d,f,g,i) Prod. 0 Verk. 0 4, 8 Portionsgewicht: 508 g, Fettpunkte: 24, Nährwert kj: 2391 kJ, Nährwert kcal: 570 kcal, Eiweißgehalt: 26,93 g, Fettgehalt: 23,99 g
Menü 3	Salatteller mit Käse und Ei (c,b), Joghurtdressing (c) dazu Baguette (a1,c,d,f,gi) und Kräuterbutter (c,d) Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 982,83 g, Fettpunkte: 35, Nährwert kj: 2408 kJ, Nährwert kcal: 574 kcal, Eiweißgehalt: 22,71 g, Fettgehalt: 34,76 g	Gemüsefrikadelle (a1,b) mit Soße (a1) dazu Salzkartoffeln und Gemüse Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 418,3 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 1212 kJ, Nährwert kcal: 289 kcal, Eiweißgehalt: 3,62 g, Fettgehalt: 0,21 g	Nudeln(a1) mit Tomatensauce und geriebenen Käse (c) Prod. 0 Verk. 0 2, 9 Portionsgewicht: 289,25 g, Fettpunkte: 3, Nährwert kj: 640 kJ, Nährwert kcal: 153 kcal, Eiweißgehalt: 4,44 g, Fettgehalt: 2,62 g	Gnocchi (a1,b,c,l, n) mit Tomatensoße (2) und Streukäse (c) Rohkost Prod. 0 Verk. 0 2, 9 Portionsgewicht: 420,2 g, Fettpunkte: 9, Nährwert kj: 2078 kJ, Nährwert kcal: 492 kcal, Eiweißgehalt: 9,38 g, Fettgehalt: 8,91 g	1 Gemüseburger (a1,b,c,d,ii) , Brötchen (a1,2,3,4,5,6,b,c,i,j) Salatbeilage, Ketchup (2,d) und Wedges (a1) Prod. 0 Verk. 0 2 Portionsgewicht: 356 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 2427 kJ, Nährwert kcal: 577 kcal, Eiweißgehalt: 0,06 g, Fettgehalt: 0,02 g
Dessert	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g	Joghurt mit Früchten (c) Prod. 0 Verk. 0 c Portionsgewicht: 100 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 353 kJ, Nährwert kcal: 83 kcal, Eiweißgehalt: 2,8 g, Fettgehalt: 3,8 g	Vanillepudding (c,b, a1,) Prod. 0 Verk. 0 1 a, b, c, g, j Portionsgewicht: 128 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 482 kJ, Nährwert kcal: 115 kcal, Eiweißgehalt: 3,9 g, Fettgehalt: 3,78 g	Vanillepudding (c,b, a1,) Prod. 0 Verk. 0 1 a, b, c, g, j Portionsgewicht: 128 g, Fettpunkte: 4, Nährwert kj: 482 kJ, Nährwert kcal: 115 kcal, Eiweißgehalt: 3,9 g, Fettgehalt: 3,78 g	Saisonobst Prod. 0 Verk. 0 Portionsgewicht: 0 g, Fettpunkte: 0, Nährwert kj: 0 kJ, Nährwert kcal: 0 kcal, Eiweißgehalt: 0 g, Fettgehalt: 0 g

Inhaltsstoffe:

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

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