

Speiseplan im Mühlehof

vom 13.10.2025 bis 19.10.2025, 42. KW

	Montag 13.10.2025	Dienstag 14.10.2025	Mittwoch 15.10.2025	Donnerstag 16.10.2025	Freitag 17.10.2025	Samstag 18.10.2025	Sonntag 19.10.2025
Suppe	Grießsuppe ^{a,a1,g,i}	Kartoffelsuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}	Zucchinisuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}		Nudelsuppe ^{a,a1,c}
Hauptgericht 1	Gebratene Hähnchenkeule mit Bratensauce Kartoffelpüree ^g Zucchini Gemüse ^g	Königsberger Klopse ^{a,a1,c} Kapernsauce ^{a,a1,g} Butterreis ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Schupfnudelpfanne mit Speck und Sauerkraut 2,3,a,a1,c Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Kleine Schweinehaxe ⁸ Senf Kartoffelsalat ^{1,4,j} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Pochiertes Fischfilet ^d Zitronensauce ^{a,a1,g} Gemüse-Bandnudeln ^{a,a1,c,g,i} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Serbische Bohnensuppe mit Wurst 2,3,8 Brot a,a1,a2,a3	Suppenfleisch mit Meerrettichsauce 3,5,a,a1,g,l Bouillonkartoffeln ⁱ Rote Bete Salat 1,3,4,5,9,l
Hauptgericht 2	Seelachsfilet in Petersilienpanade a,a1,d,g,j Dampfkartoffeln Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Grießschnitte mit Zimt-Zucker und ^{a,a1,c,g} Birnenkompott Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Kartoffel--Lauchgratin ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Blätterteig Pastelle mit Gemüsefüllung 3,a,a1,a3,c,g,i Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Gemüsekroketten a,a1,a3,g Kartoffelpüree ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j		Maisküchlein ^{a,a1,c} Sauerrahm Dip ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j
Dessert	Zitronencreme ^g	Joghurt mit Kirschen ^g	Himbeerpudding ^{1,g}	Rote Grütze mit Vanillesauce ^g	Joghurt mit Aprikose ^{3,g}	Kaiserschmarrn a,a1,c,g Pfirsichkompott Vanillesauce ^g	Panna Cotta mit ^g Erdbeersauce ^{1,2}

Das Küchenteam wünscht Ihnen einen Guten Appetit. Bei Fragen, sprechen Sie uns bitte an. Änderungen unter Vorbehalt.

1 = mit Farbstoff/en, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 17 = koffeinhaltig, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en, 9 = mit Süßungsmittel/n, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a2 = Roggen, a3 = Gerste, a4 = Hafer, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), h = Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h1 = Mandeln, h2 = Haselnüsse, h7 = Pistazien, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, k = Sesam und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxyde und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l, w3 = Walnüsse

Nährwerte zum Speiseplan vom 13.10.2025 bis 19.10.2025, 42. KW

	Montag 13.10.2025	Dienstag 14.10.2025	Mittwoch 15.10.2025	Donnerstag 16.10.2025	Freitag 17.10.2025	Samstag 18.10.2025	Sonntag 19.10.2025
Suppe	kcal: 60, KJoule: 250, Eiweiß (Protein): 1,24 g, Fett: 3,79 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,91 g, Zucker: 1,21 g, Gesamt Kochsalz: 0,06 g	kcal: 110, KJoule: 461, Eiweiß (Protein): 2,57 g, Fett: 4,64 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 13,38 g, Zucker: 2,02 g, Gesamt Kochsalz: 0,40 g	kcal: 76, KJoule: 319, Eiweiß (Protein): 1,88 g, Fett: 4,19 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 6,85 g, Zucker: 2,92 g, Gesamt Kochsalz: 0,17 g	kcal: 74, KJoule: 306, Eiweiß (Protein): 1,62 g, Fett: 6,36 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 2,23 g, Zucker: 1,92 g, Gesamt Kochsalz: 0,04 g	kcal: 76, KJoule: 319, Eiweiß (Protein): 1,88 g, Fett: 4,19 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 6,85 g, Zucker: 2,92 g, Gesamt Kochsalz: 0,17 g		kcal: 109, KJoule: 461, Eiweiß (Protein): 3,95 g, Fett: 0,77 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 21,03 g, Zucker: 0,93 g, Gesamt Kochsalz: 0,03 g
Hauptgericht 1	kcal: 663, KJoule: 2758, Eiweiß (Protein): 41,25 g, Fett: 43,63 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 24,72 g, Zucker: 5,43 g, Gesamt Kochsalz: 1,24 g	kcal: 591, KJoule: 2476, Eiweiß (Protein): 22,58 g, Fett: 32,83 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 50,94 g, Zucker: 10,08 g, Gesamt Kochsalz: 2,50 g	kcal: 579, KJoule: 2434, Eiweiß (Protein): 18,04 g, Fett: 18,51 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 80,18 g, Zucker: 18,30 g, Gesamt Kochsalz: 4,35 g	kcal: 665, KJoule: 2777, Eiweiß (Protein): 41,70 g, Fett: 39,87 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 31,03 g, Zucker: 6,76 g, Gesamt Kochsalz: 5,20 g	kcal: 485, KJoule: 2026, Eiweiß (Protein): 12,48 g, Fett: 26,28 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 48,07 g, Zucker: 13,49 g, Gesamt Kochsalz: 0,40 g	kcal: 480, KJoule: 2005, Eiweiß (Protein): 24,60 g, Fett: 13,87 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 56,59 g, Zucker: 6,40 g, Gesamt Kochsalz: 2,24 g	kcal: 483, KJoule: 2022, Eiweiß (Protein): 29,30 g, Fett: 24,94 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 33,05 g, Zucker: 11,64 g, Gesamt Kochsalz: 0,93 g
Hauptgericht 2	kcal: 403, KJoule: 1688, Eiweiß (Protein): 18,09 g, Fett: 13,60 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 44,53 g, Zucker: 9,97 g, Gesamt Kochsalz: 2,23 g	kcal: 684, KJoule: 2882, Eiweiß (Protein): 20,99 g, Fett: 21,52 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 99,05 g, Zucker: 59,04 g, Gesamt Kochsalz: 0,95 g	kcal: 474, KJoule: 1970, Eiweiß (Protein): 14,93 g, Fett: 29,37 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 35,92 g, Zucker: 9,22 g, Gesamt Kochsalz: 0,91 g	kcal: 426, KJoule: 1769, Eiweiß (Protein): 9,42 g, Fett: 29,75 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 27,86 g, Zucker: 9,19 g, Gesamt Kochsalz: 0,88 g	kcal: 545, KJoule: 2271, Eiweiß (Protein): 10,64 g, Fett: 30,91 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 54,19 g, Zucker: 10,68 g, Gesamt Kochsalz: 1,83 g		kcal: 689, KJoule: 2846, Eiweiß (Protein): 8,65 g, Fett: 61,01 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 24,70 g, Zucker: 10,42 g, Gesamt Kochsalz: 0,66 g
Dessert	kcal: 103, KJoule: 434, Eiweiß (Protein): 2,33 g, Fett: 3,62 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,79 g, Zucker: 11,04 g, Gesamt Kochsalz: 0,24 g	kcal: 75, KJoule: 316, Eiweiß (Protein): 2,88 g, Fett: 2,76 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 9,42 g, Zucker: 8,78 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 93, KJoule: 393, Eiweiß (Protein): 3,10 g, Fett: 3,37 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 12,67 g, Zucker: 12,24 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 145, KJoule: 610, Eiweiß (Protein): 1,70 g, Fett: 3,32 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 26,13 g, Zucker: 22,98 g, Gesamt Kochsalz: 0,08 g	kcal: 93, KJoule: 391, Eiweiß (Protein): 3,45 g, Fett: 3,51 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 11,79 g, Zucker: 11,75 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 317, KJoule: 1333, Eiweiß (Protein): 6,11 g, Fett: 9,75 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 48,92 g, Zucker: 30,80 g, Gesamt Kochsalz: 0,44 g	kcal: 193, KJoule: 810, Eiweiß (Protein): 3,33 g, Fett: 10,29 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 21,64 g, Zucker: 18,11 g, Gesamt Kochsalz: 0,13 g

Das Küchenteam wünscht Ihnen einen Guten Appetit. Bei Fragen, sprechen Sie uns bitte an. Änderungen unter Vorbehalt.