

Speiseplan im Mühlehof

vom 03.11.2025 bis 09.11.2025, 45. KW

	Montag 03.11.2025	Dienstag 04.11.2025	Mittwoch 05.11.2025	Donnerstag 06.11.2025	Freitag 07.11.2025	Samstag 08.11.2025	Sonntag 09.11.2025	
Suppe	Gemüsesuppe ^{g,i}	Zucchinisuppe ^{g,i}	Kürbissuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}	Karottensuppe ^{g,i}		Kraftbrühe mit Nudeln ^{a,a1,c}	
Hauptgericht 1	Penne mit Kürbis-Käsesahnesauce ^{a,a1,g} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Geschnetzeltes "Gyros Art" Tzatziki ^g Tomatenreis ^g Spitzkohlsalat ^{1,4,j}	Hacksteak ^{a,a1,c} Kräutersauce ^{a,a1,g} Spiralnudeln ^{a,a1} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Kutteln in Weissweinsauce ^{1,3,4,g,i,l} Rösti Ecken Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Gebackenes Rotbarschfilet ^{a,a1,d} Petersilienkartoffeln ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j} Remouladensauce ^{a,a1,c,g,j}	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch Brot ^{a,a1,a2,a3}	Putenrollbraten Bratensauce Kartoffelpüree ^g Apfelrotkraut ¹¹ Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	
Hauptgericht 2	Backfisch ^{a,a1,c,d,j} Dampfkartoffeln Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j} Remouladensauce ^{a,a1,c,g,j}	Linsen mit Spätzle ^{1,5,a,a1,c,g,i,l} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Gemüselasagne ^{a,a1,c,g} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Maultaschen Gemüsepfanne ^{a,a1,c,i} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Gebratene Polentaschnitte ^{1,2,g} Ratatouille Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Süßkartoffel-Amaranth-Bratling Kartoffelpüree ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}		
Dessert	Rote Grütze mit Vanillesauce ^g	Vanillecreme ^g	Obstsalat ³	Joghurt mit Pfirsich ^g	Apfelmus ³	Grießbrei mit Pfirsich und Zimt ^{a,a1,g}	Bayrisch Creme ^g	

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 = Schwefeldioxide und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l, w3 = Walnüsse

Nährwerte zum Speiseplan vom 03.11.2025 bis 09.11.2025, 45. KW

	Montag 03.11.2025	Dienstag 04.11.2025	Mittwoch 05.11.2025	Donnerstag 06.11.2025	Freitag 07.11.2025	Samstag 08.11.2025	Sonntag 09.11.2025
Suppe	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: 84, KJoule: 351, Eiweiß (Protein): 2,15 g, Fett: 5,03 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 8,70 g, Zucker: 5,19 g, Gesamt Kochsalz: 0,20 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: 79, KJoule: 331, Eiweiß (Protein): 1,73 g, Fett: 2,66 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 10,74 g, Zucker: 4,71 g, Gesamt Kochsalz: 0,24 g		kcal: 92, KJoule: 388, Eiweiß (Protein): 3,36 g, Fett: 0,68 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 17,60 g, Zucker: 0,83 g, Gesamt Kochsalz: 0,05 g
Hauptgericht 1	kcal: 1024, KJoule: 4278, Eiweiß (Protein): 41,50 g, Fett: 58,87 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 84,99 g, Zucker: 21,59 g, Gesamt Kochsalz: 2,89 g	kcal: 630, KJoule: 2632, Eiweiß (Protein): 36,17 g, Fett: 34,43 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 41,81 g, Zucker: 6,29 g, Gesamt Kochsalz: 2,12 g	kcal: 805, KJoule: 3372, Eiweiß (Protein): 29,81 g, Fett: 40,35 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 78,94 g, Zucker: 10,98 g, Gesamt Kochsalz: 1,88 g	kcal: 473, KJoule: 1981, Eiweiß (Protein): 22,37 g, Fett: 25,17 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 36,14 g, Zucker: 9,39 g, Gesamt Kochsalz: 1,61 g	kcal: 615, KJoule: 2572, Eiweiß (Protein): 31,32 g, Fett: 32,81 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 46,05 g, Zucker: 8,05 g, Gesamt Kochsalz: 3,12 g	kcal: 302, KJoule: 1267, Eiweiß (Protein): 18,87 g, Fett: 6,39 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 39,82 g, Zucker: 7,81 g, Gesamt Kochsalz: 1,12 g	kcal: 465, KJoule: 1941, Eiweiß (Protein): 31,17 g, Fett: 22,68 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 30,80 g, Zucker: 10,82 g, Gesamt Kochsalz: 2,22 g
Hauptgericht 2	kcal: 340, KJoule: 1418, Eiweiß (Protein): 6,65 g, Fett: 20,75 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 28,98 g, Zucker: 7,19 g, Gesamt Kochsalz: 1,48 g	kcal: 289, KJoule: 1210, Eiweiß (Protein): 10,51 g, Fett: 12,61 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 29,55 g, Zucker: 12,09 g, Gesamt Kochsalz: 0,48 g	kcal: 899, KJoule: 3737, Eiweiß (Protein): 33,70 g, Fett: 56,89 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 59,87 g, Zucker: 18,11 g, Gesamt Kochsalz: 1,96 g	kcal: 527, KJoule: 2204, Eiweiß (Protein): 17,41 g, Fett: 26,99 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 53,16 g, Zucker: 9,06 g, Gesamt Kochsalz: 4,13 g	kcal: 513, KJoule: 2144, Eiweiß (Protein): 10,19 g, Fett: 29,18 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 50,93 g, Zucker: 9,72 g, Gesamt Kochsalz: 0,40 g		kcal: 722, KJoule: 3011, Eiweiß (Protein): 12,63 g, Fett: 42,71 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 66,69 g, Zucker: 13,75 g, Gesamt Kochsalz: 1,72 g
Dessert	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: 106, KJoule: 446, Eiweiß (Protein): 2,16 g, Fett: 3,96 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 15,54 g, Zucker: 11,79 g, Gesamt Kochsalz: 0,15 g	kcal: 111, KJoule: 464, Eiweiß (Protein): 0,46 g, Fett: 0,04 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 24,86 g, Zucker: 23,00 g, Gesamt Kochsalz: 0,01 g	kcal: 86, KJoule: 362, Eiweiß (Protein): 3,15 g, Fett: 3,15 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 10,91 g, Zucker: 10,91 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 103, KJoule: 434, Eiweiß (Protein): 0,60 g, Fett: 0,60 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 22,80 g, Zucker: 21,60 g, Gesamt Kochsalz: 0,01 g	kcal: 398, KJoule: 1687, Eiweiß (Protein): 7,06 g, Fett: 5,40 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 78,67 g, Zucker: 65,84 g, Gesamt Kochsalz: 0,19 g	kcal: 113, KJoule: 473, Eiweiß (Protein): 2,47 g, Fett: 7,00 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 10,23 g, Zucker: 8,13 g, Gesamt Kochsalz: 0,11 g

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