

Speiseplan im Mühlehof

vom 09.02.2026 bis 15.02.2026, 7. KW

Montag 09.02.2026		Dienstag 10.02.2026	Mittwoch 11.02.2026	Donnerstag 12.02.2026	Freitag 13.02.2026	Samstag 14.02.2026	Sonntag 15.02.2026
Suppe	Gemüsesuppe ^{9,i}	Lauchcremesuppe ⁹	Kürbissuppe ^{9,i}	Karottensuppe ^{9,i}	geröstete Grießsuppe ^{a,a1,g,i}		Fleischsuppe mit Backerbsen ^{a,a1,c,g}
Hauptgericht 1	Spaghetti "Carbonara" 2,3,8,a,a1,c,g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Geschnetzte Rinderleber mit Kartoffelpüree ⁹ Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Hausgemachter Hackbraten ^{a,a1,c} Jägersauce ⁹ Rahmgemüse ^{a,a1,g} Kroketten ⁹	Gekochte Eier an ^c Kräutersauce ^{a,a1,g} Salzkartoffeln Blattspinat ⁹	Gebratenes Schollenfilet a,a1,d Weißweinsauce a,a1,g,i Salzkartoffeln Lauchgemüse ⁹	Italienische Gemüsesuppe mit Rindfleisch a,a1,c,i Brot a,a1,a2,a3	Kalbsgulasch ^{9,i} Bandnudeln a,a1,c,g Rosenkohl
Hauptgericht 2	Gefüllte Lauchtaschen a,a1,c,g Kartoffelpüree ⁹ Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Fischfrikadelle a,a1,d,g,j Kräuterdip Kartoffelsalat ^{1,4,j} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Bauernomelett 2,3,c,g Kartoffelpüree ⁹ Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Couscous Gemüse-Curry a,a1,g,i Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Tortellini grün mit Ricotta/Spinat- füllung ^{a,a1,c,g} Sahnesauce ^{a,a1,g} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j		Semmelknödel ^{1,a,a1,c,g} Pilzrahmsauce ⁹ Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j
Dessert	Moccapudding ^{17,g}	Apfelkompott ³	Tutti Frutti ^{1,a,a1,c,g}	Ananasquark ⁹	Joghurt mit Pfirsich ⁹	Apfelfanncuchen a,a1,c,g Vanillesauce ⁹ Zimt und Zucker	Creme Caramel ^{2,c,g}

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

1 = mit Farbstoffen, 11 = mit Zuckerarten und Süßungsmitteln, 17 = koffeinhaltig, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmitteln, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphaten, 9 = mit Süßungsmitteln, 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, h2 = Haselnüsse, h7 = Pistazien, i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, k = Sesam und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxyd und Sulfite >10 mg/kg oder 10mg/l, w3 = Walnüsse

Erzeugnisse, l = Schwefeldioxyd und Sulfite >10 mg/kg oder 10mg/l, w3 = Walnüsse

Nährwerte zum Speiseplan vom 09.02.2026 bis 15.02.2026, 7. KW

Montag
09.02.2026

Dienstag
10.02.2026

Mittwoch
11.02.2026

Donnerstag
12.02.2026

Freitag
13.02.2026

Samstag
14.02.2026

Sonntag
15.02.2026

Suppe	kcal: 75, KJoule: 314, Eiweiß (Protein): 1,85 g, Fett: 4,18 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 6,66 g, Zucker: 2,74 g, Gesamt Kochsalz: 0,17 g	kcal: 41, KJoule: 171, Eiweiß (Protein): 0,57 g, Fett: 3,71 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 1,14 g, Zucker: 1,14 g, Gesamt Kochsalz: 0,04 g	kcal: 83, KJoule: 349, Eiweiß (Protein): 2,13 g, Fett: 5,03 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 8,57 g, Zucker: 5,07 g, Gesamt Kochsalz: 0,20 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: 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: 807, KJoule: 3387, Eiweiß (Protein): 59,03 g, Fett: 35,49 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 59,71 g, Zucker: 8,82 g, Gesamt Kochsalz: 1,05 g	kcal: 546, KJoule: 2280, Eiweiß (Protein): 33,69 g, Fett: 25,93 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 40,56 g, Zucker: 5,32 g, Gesamt Kochsalz: 0,38 g
Hauptgericht 1	kcal: 866, KJoule: 3629, Eiweiß (Protein): 26,65 g, Fett: 45,88 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 85,88 g, Zucker: 11,84 g, Gesamt Kochsalz: 1,62 g	kcal: 420, KJoule: 1750, Eiweiß (Protein): 25,58 g, Fett: 21,66 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 29,46 g, Zucker: 5,46 g, Gesamt Kochsalz: 0,39 g	kcal: 611, KJoule: 2556, Eiweiß (Protein): 27,27 g, Fett: 34,23 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 44,89 g, Zucker: 9,32 g, Gesamt Kochsalz: 3,05 g	kcal: 379, KJoule: 1582, Eiweiß (Protein): 20,11 g, Fett: 23,64 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 19,74 g, Zucker: 4,49 g, Gesamt Kochsalz: 1,46 g	kcal: 474, KJoule: 1968, Eiweiß (Protein): 24,05 g, Fett: 30,47 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 22,35 g, Zucker: 5,75 g, Gesamt Kochsalz: 0,53 g			
Hauptgericht 2	kcal: 575, KJoule: 2404, Eiweiß (Protein): 13,65 g, Fett: 34,43 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 51,62 g, Zucker: 10,84 g, Gesamt Kochsalz: 2,04 g	kcal: 642, KJoule: 2681, Eiweiß (Protein): 21,36 g, Fett: 35,65 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 56,43 g, Zucker: 5,42 g, Gesamt Kochsalz: 3,19 g	kcal: 630, KJoule: 2630, Eiweiß (Protein): 24,45 g, Fett: 37,63 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 46,12 g, Zucker: 8,19 g, Gesamt Kochsalz: 3,21 g	kcal: 451, KJoule: 1887, Eiweiß (Protein): 13,93 g, Fett: 18,07 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 54,25 g, Zucker: 14,37 g, Gesamt Kochsalz: 0,40 g	kcal: 816, KJoule: 3423, Eiweiß (Protein): 26,58 g, Fett: 35,33 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 94,84 g, Zucker: 10,43 g, Gesamt Kochsalz: 1,83 g			kcal: 607, KJoule: 2521, Eiweiß (Protein): 16,59 g, Fett: 35,84 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 53,18 g, Zucker: 13,16 g, Gesamt Kochsalz: 1,77 g
Dessert	kcal: 108, KJoule: 455, Eiweiß (Protein): 3,06 g, Fett: 3,46 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 16,11 g, Zucker: 10,07 g, Gesamt Kochsalz: 0,14 g	kcal: 63, KJoule: 269, Eiweiß (Protein): 0,10 g, Fett: 0,10 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 15,50 g, Zucker: 14,50 g, Gesamt Kochsalz: 0,00 g	kcal: 148, KJoule: 628, Eiweiß (Protein): 3,22 g, Fett: 2,41 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 28,02 g, Zucker: 18,97 g, Gesamt Kochsalz: 0,17 g	kcal: 136, KJoule: 574, Eiweiß (Protein): 8,74 g, Fett: 3,42 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 17,28 g, Zucker: 16,64 g, Gesamt Kochsalz: 0,09 g	kcal: 91, KJoule: 382, Eiweiß (Protein): 3,21 g, Fett: 3,36 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 11,52 g, Zucker: 11,48 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 225, KJoule: 946, Eiweiß (Protein): 5,89 g, Fett: 7,34 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 33,70 g, Zucker: 20,92 g, Gesamt Kochsalz: 0,19 g	kcal: 209, KJoule: 883, Eiweiß (Protein): 3,19 g, Fett: 3,18 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 41,72 g, Zucker: 38,02 g, Gesamt Kochsalz: 0,21 g	

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