

Speiseplan im Mühlehof

vom 16.02.2026 bis 22.02.2026, 8. KW

	Montag 16.02.2026	Dienstag 17.02.2026	Mittwoch 18.02.2026	Donnerstag 19.02.2026	Freitag 20.02.2026	Samstag 21.02.2026	Sonntag 22.02.2026
Suppe	Basler Mehlsuppe ^{a,a1,g}	Gemüsesuppe ^{g,i}	Kartoffelsuppe ^{g,i}	Brokkolisuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}		Kraftbrühe mit Eierflocken ^c
Hauptgericht 1	Puten- geschnetzeltes mit Currysauce und Früchten ^{1,a,a1,g} Butterreis ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Paniertes Schweineschnitzel ^{a,a1} Bratensauce Kartoffelpüree ^g Buttererbsen ^g	Kartoffel- Gemüsegratin mit Schinken ^{2,3,8,g} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Wirsingroulade ^{g,j} Kartoffelpüree ^g	Pochiertes Fischfilet auf ^d Wokgemüse ^{f,g} Weißweinsauce ^{a,a1,g,l} Butternudeln ^{a,a1,c,g} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Grünkohleintopf mit Kassler ^{2,3,8} Brot ^{a,a1,a2,a3}	Kalbsrollbraten mit Pitzrahmsauce Herzoginkartoffeln Blumenkohl "polnische Art" ^{a,a1,g}
Hauptgericht 2	Fischfilet im Knuspermantel ^{a,a1,d} Sauce Tatar ^{a,a1,c,g,j} Kartoffelsalat ^{1,4,j} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Kartoffelpuffer ^{a,a1,c} Apfelmus ³ Zimt und Zucker	Pfannkuchen mit Rahmchampignons ^{3,a1,c,g,i,j} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Schupfnudelpfanne mit Gemüse ^{a,a1,c} Bratensauce Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Grillkäse im Blätterteig- Ratatouille-Mantel ^{a,a1,c,g} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}		Gemüseteller mit Grilltomate ^{1,2,g} Rahmkartoffeln ^{1,4,g} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}
Dessert	Eisbecher Vanille/Erdbeer ^{1,g}	Tiramisu ^{17,a,a1,c,g}	Joghurt mit Fruchtcocktail ^{1,g}	Erdbeerquark ^g	Schokoladen- pudding ^g	Süsser Brotauflauf mit Pfirsich ^{2,a,a1,c,g} Vanillesauce ^g	Eistörtchen ^{1,f,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 16.02.2026 bis 22.02.2026, 8. KW

	Montag 16.02.2026	Dienstag 17.02.2026	Mittwoch 18.02.2026	Donnerstag 19.02.2026	Freitag 20.02.2026	Samstag 21.02.2026	Sonntag 22.02.2026
Suppe	kcal: 277, KJoule: 1158, Eiweiß (Protein): 17,50 g, Fett: 19,12 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 8,85 g, Zucker: 1,36 g, Gesamt Kochsalz: 0,34 g	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: 109, KJoule: 457, Eiweiß (Protein): 2,54 g, Fett: 4,64 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 13,18 g, Zucker: 1,84 g, Gesamt Kochsalz: 0,40 g	kcal: 82, KJoule: 340, Eiweiß (Protein): 2,86 g, Fett: 4,59 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 5,97 g, Zucker: 2,35 g, Gesamt Kochsalz: 0,16 g	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: 29, KJoule: 121, Eiweiß (Protein): 2,51 g, Fett: 1,99 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 0,34 g, Zucker: 0,18 g, Gesamt Kochsalz: 0,10 g
Hauptgericht 1	kcal: 462, KJoule: 1939, Eiweiß (Protein): 27,03 g, Fett: 19,44 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 43,51 g, Zucker: 9,68 g, Gesamt Kochsalz: 0,45 g	kcal: 656, KJoule: 2737, Eiweiß (Protein): 33,86 g, Fett: 34,16 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 50,07 g, Zucker: 6,46 g, Gesamt Kochsalz: 2,44 g	kcal: 459, KJoule: 1917, Eiweiß (Protein): 15,40 g, Fett: 27,77 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 34,22 g, Zucker: 7,34 g, Gesamt Kochsalz: 1,33 g	kcal: 439, KJoule: 1825, Eiweiß (Protein): 11,47 g, Fett: 31,71 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 25,19 g, Zucker: 6,39 g, Gesamt Kochsalz: 1,21 g	kcal: 530, KJoule: 2214, Eiweiß (Protein): 14,76 g, Fett: 28,72 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 50,23 g, Zucker: 13,91 g, Gesamt Kochsalz: 1,26 g	kcal: 260, KJoule: 1091, Eiweiß (Protein): 16,18 g, Fett: 5,44 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 33,67 g, Zucker: 3,40 g, Gesamt Kochsalz: 2,01 g	kcal: 531, KJoule: 2222, Eiweiß (Protein): 29,78 g, Fett: 30,24 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 32,90 g, Zucker: 3,91 g, Gesamt Kochsalz: 2,11 g
Hauptgericht 2	kcal: 668, KJoule: 2791, Eiweiß (Protein): 26,05 g, Fett: 37,85 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 53,37 g, Zucker: 7,08 g, Gesamt Kochsalz: 2,90 g	kcal: 429, KJoule: 1795, Eiweiß (Protein): 7,67 g, Fett: 12,88 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 68,06 g, Zucker: 31,45 g, Gesamt Kochsalz: 0,10 g	kcal: 472, KJoule: 1963, Eiweiß (Protein): 19,13 g, Fett: 29,58 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 29,51 g, Zucker: 13,09 g, Gesamt Kochsalz: 0,67 g	kcal: 584, KJoule: 2457, Eiweiß (Protein): 16,15 g, Fett: 16,55 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 86,06 g, Zucker: 20,37 g, Gesamt Kochsalz: 2,39 g	kcal: 457, KJoule: 1910, Eiweiß (Protein): 12,85 g, Fett: 33,32 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 27,41 g, Zucker: 5,77 g, Gesamt Kochsalz: 1,78 g		kcal: 506, KJoule: 2102, Eiweiß (Protein): 13,96 g, Fett: 34,66 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 30,20 g, Zucker: 13,50 g, Gesamt Kochsalz: 0,72 g
Dessert	kcal: 84, KJoule: 352, Eiweiß (Protein): 0,76 g, Fett: 3,78 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 11,63 g, Zucker: 9,83 g, Gesamt Kochsalz: 0,03 g	kcal: 129, KJoule: 547, Eiweiß (Protein): 3,63 g, Fett: 3,42 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 20,94 g, Zucker: 15,65 g, Gesamt Kochsalz: 0,18 g	kcal: 74, KJoule: 310, Eiweiß (Protein): 2,86 g, Fett: 2,84 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 9,08 g, Zucker: 9,08 g, Gesamt Kochsalz: 0,10 g	kcal: 73, KJoule: 308, Eiweiß (Protein): 10,69 g, Fett: 0,31 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 6,15 g, Zucker: 6,15 g, Gesamt Kochsalz: 0,09 g	kcal: 108, KJoule: 455, Eiweiß (Protein): 3,15 g, Fett: 3,26 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 16,31 g, Zucker: 11,39 g, Gesamt Kochsalz: 0,13 g	kcal: 175, KJoule: 735, Eiweiß (Protein): 7,02 g, Fett: 7,85 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 18,90 g, Zucker: 11,83 g, Gesamt Kochsalz: 0,32 g	kcal: 93, KJoule: 390, Eiweiß (Protein): 0,75 g, Fett: 5,51 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 10,20 g, Zucker: 9,52 g, Gesamt Kochsalz: 0,03 g

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