

Speiseplan im Mühlehof

vom 23.03.2026 bis 29.03.2026, 13. KW

	Montag 23.03.2026	Dienstag 24.03.2026	Mittwoch 25.03.2026	Donnerstag 26.03.2026	Freitag 27.03.2026	Samstag 28.03.2026	Sonntag 29.03.2026
Suppe	Karottensuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}	Brokkolisuppe ^{g,i}	Selleriesuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}		Kürbissuppe ^{g,i}
Hauptgericht 1	Putenschnitzel Frühlingsgemüse ^g Bratensauce Mandelreis ^{h,h1}	Schinken- Gemüse-Nudeln mit Ei 2,3,8,a,a1,c,g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Maultaschen ^{a,a1,c,i} Zwiebelschmelz ^g Kartoffelsalat ^{1,4,j} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Bratwurst ohne Darm ⁸ Zwiebelsauce Kartoffelpüree ^g Bayrisch Kraut ^{3,5,l}	Schlemmerfilet "Brokkoli" a,a1,d Butterreis ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Ungarische Gulaschsuppe Brot a,a1,a2,a3	Rinderroulade 2,3,8,j Kartoffelpüree ^g Apfelrotkraut ¹¹
Hauptgericht 2	Graupenrisotto mit Gemüse 1,2,a,a3,g,i,l Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Spinat-Quiche a,a1,c,g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Gebratene Zucchini-scheiben a,a1 Tomatensauce Kartoffelpüree ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Omelette mit Champignonfüllung a,a1,c,g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Gebratene Banane a,a1,c Currysauce ^{a,a1,g} Basmatireis Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j		Rucola- Süßkartoffelschnitte mit ^{a,a1,a3} Kartoffelpüree ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j
Dessert	Creme Caramel ^{2,c,g}	Tutti Frutti ^{1,a,a1,c,g}	Joghurt mit Apfel ^{3,g}	Zwetschgen- kompott	Mandarinenquark ^g	Apfelküchle ^{a,a1,g} Vanillesauce ^g Zimt und Zucker	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 23.03.2026 bis 29.03.2026, 13. KW

	Montag 23.03.2026	Dienstag 24.03.2026	Mittwoch 25.03.2026	Donnerstag 26.03.2026	Freitag 27.03.2026	Samstag 28.03.2026	Sonntag 29.03.2026
Suppe	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: 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: 82, KJoule: 341, Eiweiß (Protein): 2,88 g, Fett: 4,59 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 6,03 g, Zucker: 2,41 g, Gesamt Kochsalz: 0,16 g	kcal: 84, KJoule: 349, Eiweiß (Protein): 1,92 g, Fett: 4,57 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 7,71 g, Zucker: 1,74 g, Gesamt Kochsalz: 0,31 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: 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
Hauptgericht 1	kcal: 367, KJoule: 1536, Eiweiß (Protein): 6,40 g, Fett: 15,79 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 46,19 g, Zucker: 5,26 g, Gesamt Kochsalz: 0,15 g	kcal: 721, KJoule: 3026, Eiweiß (Protein): 34,55 g, Fett: 25,34 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 85,64 g, Zucker: 12,83 g, Gesamt Kochsalz: 2,39 g	kcal: 914, KJoule: 3812, Eiweiß (Protein): 20,25 g, Fett: 54,78 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 81,09 g, Zucker: 10,28 g, Gesamt Kochsalz: 3,62 g	kcal: 508, KJoule: 2113, Eiweiß (Protein): 18,69 g, Fett: 35,23 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 27,85 g, Zucker: 9,21 g, Gesamt Kochsalz: 1,75 g	kcal: 566, KJoule: 2368, Eiweiß (Protein): 28,38 g, Fett: 27,99 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 48,82 g, Zucker: 5,75 g, Gesamt Kochsalz: 1,83 g	kcal: 374, KJoule: 1566, Eiweiß (Protein): 23,92 g, Fett: 10,26 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 43,92 g, Zucker: 7,76 g, Gesamt Kochsalz: 1,10 g	kcal: 510, KJoule: 2127, Eiweiß (Protein): 37,39 g, Fett: 23,79 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 32,76 g, Zucker: 11,64 g, Gesamt Kochsalz: 4,90 g
Hauptgericht 2	kcal: 704, KJoule: 2926, Eiweiß (Protein): 16,34 g, Fett: 47,57 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 44,18 g, Zucker: 8,30 g, Gesamt Kochsalz: 0,85 g	kcal: 785, KJoule: 3259, Eiweiß (Protein): 28,30 g, Fett: 55,73 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 40,29 g, Zucker: 8,83 g, Gesamt Kochsalz: 1,89 g	kcal: 462, KJoule: 1918, Eiweiß (Protein): 9,74 g, Fett: 28,93 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 38,43 g, Zucker: 12,36 g, Gesamt Kochsalz: 0,34 g	kcal: 483, KJoule: 2012, Eiweiß (Protein): 24,84 g, Fett: 34,62 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 17,20 g, Zucker: 6,47 g, Gesamt Kochsalz: 3,03 g	kcal: 801, KJoule: 3344, Eiweiß (Protein): 14,71 g, Fett: 39,78 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 94,15 g, Zucker: 38,94 g, Gesamt Kochsalz: 0,63 g		kcal: 642, KJoule: 2682, Eiweiß (Protein): 9,68 g, Fett: 32,24 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 73,81 g, Zucker: 11,63 g, Gesamt Kochsalz: 2,06 g
Dessert	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	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: 91, KJoule: 384, Eiweiß (Protein): 3,24 g, Fett: 3,39 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 11,94 g, Zucker: 11,60 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 80, KJoule: 341, Eiweiß (Protein): 0,60 g, Fett: 0,12 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 18,00 g, Zucker: 18,00 g, Gesamt Kochsalz: 0,04 g	kcal: 152, KJoule: 643, Eiweiß (Protein): 9,07 g, Fett: 3,57 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 20,44 g, Zucker: 20,22 g, Gesamt Kochsalz: 0,10 g	kcal: 414, KJoule: 1737, Eiweiß (Protein): 5,07 g, Fett: 19,89 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 52,08 g, Zucker: 29,86 g, Gesamt Kochsalz: 1,03 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.