

Speiseplan im Mühlehof

vom 01.06.2026 bis 07.06.2026, 23. KW

	Montag 01.06.2026	Dienstag 02.06.2026	Mittwoch 03.06.2026	Donnerstag 04.06.2026	Freitag 05.06.2026	Samstag 06.06.2026	Sonntag 07.06.2026
Suppe	Kartoffelsuppe ^{g,i}	Lauchcremesuppe ^g	Gemüsesuppe ^{g,i}	Karottensuppe ^{g,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	Rinderleber "Berliner Art." 3,a,a1,g Kartoffelpüree ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Hausgemachter Hackbraten ^{a,a1,c} Jägersauce ^g Rahmgemüse ^{a,a1,g} Kroketten ^g	Rührei ^{c,g,i} Rahmspinat a,a1,g Salzkartoffeln	Gebratenes Schollenfilet a,a1,d Weißweinsauce a,a1,g,l Salzkartoffeln Lauchgemüse ^g	Italienische Gemüsesuppe mit Rindfleisch a,a1,c,i Brot a,a1,a2,a3	Kalbsrahmgulasch ^{g,l} Bandnudeln a,a1,c,g Speckbohnen 2,3,8
Hauptgericht 2	Gemüseküchle a,a1,a4,c Sauerrahm Dip ^g 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	Spätzlepfanne mit Pilze und Gemüse a,a1,c,g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Fischfrikadelle a,a1,d,g,j Kartoffelsalat ^{1,4,j} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Tortellini grün mit Ricotta- Spinatfüllung ^{a,a1,c,g} Sahnesauce ^{a,a1,g} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j		Semmelknödel a,a1,c,g Pilzrahmsauce ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j
Dessert	Moccapudding ^{17,g}	Apfelkompott ³	Tutti Frutti ^{1,a,a1,c,g}	Ananasquark ^g	Joghurt mit Pfirsich ^g	Apfelpfannkuchen a,a1,c,g Vanillesauce ^g 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 Farbstoff/en, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 17 = koffeinhaltig, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 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, 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 01.06.2026 bis 07.06.2026, 23. KW

	Montag 01.06.2026	Dienstag 02.06.2026	Mittwoch 03.06.2026	Donnerstag 04.06.2026	Freitag 05.06.2026	Samstag 06.06.2026	Sonntag 07.06.2026
Suppe	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: 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: 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: 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: 294, KJoule: 1229, Eiweiß (Protein): 14,88 g, Fett: 19,78 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 13,75 g, Zucker: 1,63 g, Gesamt Kochsalz: 0,62 g
Hauptgericht 1	kcal: 875, KJoule: 3667, Eiweiß (Protein): 26,94 g, Fett: 45,94 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 87,68 g, Zucker: 13,55 g, Gesamt Kochsalz: 1,62 g	kcal: 506, KJoule: 2106, Eiweiß (Protein): 28,24 g, Fett: 26,47 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 36,86 g, Zucker: 10,50 g, Gesamt Kochsalz: 0,48 g	kcal: 613, KJoule: 2562, Eiweiß (Protein): 27,32 g, Fett: 34,24 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 45,18 g, Zucker: 9,59 g, Gesamt Kochsalz: 3,05 g	kcal: 326, KJoule: 1359, Eiweiß (Protein): 17,96 g, Fett: 20,73 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,67 g, Zucker: 1,70 g, Gesamt Kochsalz: 1,67 g	kcal: 476, KJoule: 1976, Eiweiß (Protein): 24,11 g, Fett: 30,49 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 22,74 g, Zucker: 6,11 g, Gesamt Kochsalz: 0,54 g	kcal: 810, KJoule: 3401, Eiweiß (Protein): 59,14 g, Fett: 35,51 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 60,35 g, Zucker: 9,43 g, Gesamt Kochsalz: 1,05 g	kcal: 559, KJoule: 2338, Eiweiß (Protein): 34,13 g, Fett: 26,02 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 43,33 g, Zucker: 7,94 g, Gesamt Kochsalz: 0,38 g
Hauptgericht 2	kcal: 400, KJoule: 1657, Eiweiß (Protein): 11,02 g, Fett: 26,10 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 28,58 g, Zucker: 12,77 g, Gesamt Kochsalz: 0,58 g	kcal: 448, KJoule: 1873, Eiweiß (Protein): 13,76 g, Fett: 18,03 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 53,71 g, Zucker: 13,87 g, Gesamt Kochsalz: 0,39 g	kcal: 516, KJoule: 2164, Eiweiß (Protein): 18,83 g, Fett: 20,38 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 60,11 g, Zucker: 7,93 g, Gesamt Kochsalz: 2,09 g	kcal: 644, KJoule: 2689, Eiweiß (Protein): 21,42 g, Fett: 35,67 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 56,82 g, Zucker: 5,79 g, Gesamt Kochsalz: 3,19 g	kcal: 819, KJoule: 3435, Eiweiß (Protein): 26,67 g, Fett: 35,35 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 95,42 g, Zucker: 10,98 g, Gesamt Kochsalz: 1,83 g		kcal: 608, KJoule: 2529, Eiweiß (Protein): 16,65 g, Fett: 35,85 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 53,56 g, Zucker: 13,53 g, Gesamt Kochsalz: 1,77 g
Dessert	kcal: 108, KJoule: 455, Eiweiß (Protein): 3,07 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: 575, 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.