

Speiseplan im Mühlehof

vom 08.06.2026 bis 14.06.2026, 24. KW

	Montag 08.06.2026	Dienstag 09.06.2026	Mittwoch 10.06.2026	Donnerstag 11.06.2026	Freitag 12.06.2026	Samstag 13.06.2026	Sonntag 14.06.2026
Suppe	Selleriesuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}	Kartoffelsuppe ^{g,i}	Brokkolisuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}		Kraftbrühe mit Eierflocken ^c
Hauptgericht 1	Kartoffel- Gemüsegratin ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Mit Hackfleisch und Käse gefüllte Paprikaschote ^{a,a1,c,g} Couscous ^{a,a1} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Schweinekotelett paniert ^{a,a1} Bratensauce Rahmgemüse ^{a,a1,g} Kartoffelpüree ^g	Puten- geschnetzeltes mit Currysauce und Früchten 1,a,a1,g Butterreis ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Pochiertes Fischfilet auf ^d Wokgemüse ^{f,g} Weißweinsauce a,a1,g,l Butterreis ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Kartoffeleintopf mit Würstchen 2,3,8,i Brot a,a1,a2,a3	Gefüllte Kalbsbrust mit Bratensauce Herzoginkartoffeln Spargelgemüse 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	Nudelpfanne mit Pilze und Gemüse ^{3,a,a1,c} Bratensauce Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Käsespätzle 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 08.06.2026 bis 14.06.2026, 24. KW

	Montag 08.06.2026	Dienstag 09.06.2026	Mittwoch 10.06.2026	Donnerstag 11.06.2026	Freitag 12.06.2026	Samstag 13.06.2026	Sonntag 14.06.2026
Suppe	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: 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: 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: 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: 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: 393, KJoule: 1635, Eiweiß (Protein): 13,30 g, Fett: 25,27 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 26,07 g, Zucker: 8,18 g, Gesamt Kochsalz: 0,91 g	kcal: 503, KJoule: 2114, Eiweiß (Protein): 18,79 g, Fett: 19,45 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 61,50 g, Zucker: 10,84 g, Gesamt Kochsalz: 1,59 g	kcal: 714, KJoule: 2971, Eiweiß (Protein): 34,36 g, Fett: 42,46 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 45,23 g, Zucker: 9,57 g, Gesamt Kochsalz: 1,96 g	kcal: 464, KJoule: 1950, Eiweiß (Protein): 27,10 g, Fett: 19,46 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 43,99 g, Zucker: 10,14 g, Gesamt Kochsalz: 0,45 g	kcal: 492, KJoule: 2053, Eiweiß (Protein): 11,21 g, Fett: 26,43 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 49,70 g, Zucker: 13,45 g, Gesamt Kochsalz: 1,25 g	kcal: 410, KJoule: 1711, Eiweiß (Protein): 14,98 g, Fett: 17,74 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 44,86 g, Zucker: 3,52 g, Gesamt Kochsalz: 2,73 g	kcal: 564, KJoule: 2357, Eiweiß (Protein): 30,70 g, Fett: 32,91 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 35,35 g, Zucker: 6,69 g, Gesamt Kochsalz: 2,04 g
Hauptgericht 2	kcal: 670, KJoule: 2801, Eiweiß (Protein): 26,13 g, Fett: 37,86 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 53,89 g, Zucker: 7,57 g, Gesamt Kochsalz: 2,90 g	kcal: 409, KJoule: 1716, Eiweiß (Protein): 7,10 g, Fett: 12,29 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 64,66 g, Zucker: 26,83 g, Gesamt Kochsalz: 0,09 g	kcal: 473, KJoule: 1967, Eiweiß (Protein): 19,16 g, Fett: 29,59 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 29,71 g, Zucker: 13,28 g, Gesamt Kochsalz: 0,67 g	kcal: 476, KJoule: 1997, Eiweiß (Protein): 15,32 g, Fett: 15,37 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 65,07 g, Zucker: 10,68 g, Gesamt Kochsalz: 0,70 g	kcal: 914, KJoule: 3812, Eiweiß (Protein): 39,17 g, Fett: 56,39 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 60,22 g, Zucker: 9,12 g, Gesamt Kochsalz: 4,03 g		kcal: 512, KJoule: 2126, Eiweiß (Protein): 14,14 g, Fett: 34,70 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 31,36 g, Zucker: 14,60 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.