

Speiseplan im Mühlehof

vom 13.07.2026 bis 19.07.2026, 29. KW

| | Montag 13.07.2026 | Dienstag 14.07.2026 | Mittwoch 15.07.2026 | Donnerstag 16.07.2026 | Freitag 17.07.2026 | Samstag 18.07.2026 | Sonntag 19.07.2026 |
|-----------------------|--|--|---|--|--|---|--|
| Suppe | Karottensuppe ^{g,i} | Gemüsesuppe ^{g,i} | Brokkolisuppe ^{g,i} | Selleriesuppe ^{g,i} | Gemüsesuppe ^{g,i} | | Kraftbrühe mit Fleischklößchen ^c |
| Hauptgericht 1 | Maultaschen ^{a,a1,c,i} Zwiebelschmelz ^g Kartoffelsalat ^{1,4,j} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j | Schinken-Gemüse-Nudeln mit Ei 2,3,8,a,a1,c,g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j | Putenschnitzel mit Tomate und Mozzarella überbacken ^g Kräuterreis ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j | Bratwurstschnecke ^{8,j} Zwiebelsauce Kartoffelpüree ^g Buttererbsen ^g | Schlemmerfilet "Bordelaise" a,a1,d Butterkartoffele ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j | Ungarische Gulaschsuppe Brot ^{a,a1,a2,a3} | Hähnchenbrustfilet a,a1,i Rosmarinkartoffeln Grillgemüse |
| Hauptgericht 2 | Graupenrisotto mit Gemüse 1,2,a,a3,g,i,l Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j | Lauch-Quiche a,a1,c,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 Zucchini-scheiben ^{a,a1} Tomatensauce und Kartoffelpüree ^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 | Crème Caramel ^{2,c,g} | Tutti Frutti ^{1,a,a1,c,g} | Joghurt mit Apfel ^{3,g} | Zwetschgenkompott | 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, 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 13.07.2026 bis 19.07.2026, 29. KW

| | Montag 13.07.2026 | Dienstag 14.07.2026 | Mittwoch 15.07.2026 | Donnerstag 16.07.2026 | Freitag 17.07.2026 | Samstag 18.07.2026 | Sonntag 19.07.2026 |
|-----------------------|--|--|---|---|--|---|---|
| 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: 53, KJoule: 221, Eiweiß (Protein): 2,86 g, Fett: 4,05 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 1,35 g, Zucker: 0,20 g, Gesamt Kochsalz: 0,63 g |
| Hauptgericht 1 | 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: 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: 353, KJoule: 1477, Eiweiß (Protein): 11,38 g, Fett: 17,49 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 36,86 g, Zucker: 4,72 g, Gesamt Kochsalz: 0,41 g | kcal: 705, KJoule: 2926, Eiweiß (Protein): 29,75 g, Fett: 49,24 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 32,39 g, Zucker: 8,21 g, Gesamt Kochsalz: 2,92 g | kcal: 548, KJoule: 2290, Eiweiß (Protein): 28,09 g, Fett: 30,16 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 39,03 g, Zucker: 6,26 g, Gesamt Kochsalz: 2,35 g | kcal: 374, KJoule: 1566, Eiweiß (Protein): 23,92 g, Fett: 10,26 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 43,91 g, Zucker: 7,76 g, Gesamt Kochsalz: 1,10 g | kcal: 415, KJoule: 1741, Eiweiß (Protein): 32,36 g, Fett: 16,81 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 31,11 g, Zucker: 6,98 g, Gesamt Kochsalz: 1,88 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: 775, KJoule: 3215, Eiweiß (Protein): 26,43 g, Fett: 54,73 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 42,29 g, Zucker: 10,83 g, Gesamt Kochsalz: 1,50 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: 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: 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.