

Speiseplan im Mühlehof

vom 20.07.2026 bis 26.07.2026, 30. KW

	Montag 20.07.2026	Dienstag 21.07.2026	Mittwoch 22.07.2026	Donnerstag 23.07.2026	Freitag 24.07.2026	Samstag 25.07.2026	Sonntag 26.07.2026
Suppe	Zucchinisuppe ^{g,i}	Kartoffelsuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}	Grießsuppe ^{a,a1,g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}		Nudelsuppe ^{a,a1,c}
Hauptgericht 1	Spaghetti mit Tomatensauce und geriebenem Käse ^{a,a1,c,g,i} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Königsberger Klopse ^{a,a1,c} Kapernsauce ^{a,a1,g} Butterreis ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Kleine Schweinehaxe ⁸ Senf Kartoffelsalat ^{1,4,j} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Gebratene Hähnchenkeule mit Bratensauce Kartoffelpüree ^g Zucchini Gemüse ^g	Buntbarschfilet ^d Zitronensauce ^{a,a1,g} Gemüse-Bandnudeln ^{a,a1,c,g,i} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Serbische Bohnensuppe mit Wurst ^{2,3,8} Brot ^{a,a1,a2,a3}	Suppenfleisch mit Meerrettichsauce ^{3,5,a,a1,g,i} Bouillonkartoffeln ⁱ Rote Bete Salat ^{1,3,4,5,9,i}
Hauptgericht 2	Fischfilet im Knuspermantel ^{a,a1,d} Dampfkartoffeln Sauerrahm Dip ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Grießschnitte mit Zimt-Zucker ^{a,a1,c,g} Birnenkompott Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Kartoffel-Lauchgratin ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Blättertorte mit Gemüse ^{3,a,a1,a3,c,g,i} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Gemüsekroketten ^{a,a1,g} Kartoffelpüree ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}		Kartoffel-Zucchini puffer ^{a,a1,c} Sauerrahm Dip ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}
Dessert	Zitronencreme ^g	Joghurt mit Kirschen ^g	Himbeerpudding ^{1,g}	Rote Grütze mit Vanillesauce ^g	Joghurt mit Aprikose ^{3,g}	Kaiserschmarrn ^{a,a1,c,g} Pflirsichkompott Vanillesauce ^g	Panna Cotta mit Erdbeersauce ^{1,2}

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 20.07.2026 bis 26.07.2026, 30. KW

	Montag 20.07.2026	Dienstag 21.07.2026	Mittwoch 22.07.2026	Donnerstag 23.07.2026	Freitag 24.07.2026	Samstag 25.07.2026	Sonntag 26.07.2026
Suppe	kcal: 74, KJoule: 306, Eiweiß (Protein): 1,62 g, Fett: 6,36 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 2,23 g, Zucker: 1,92 g, Gesamt Kochsalz: 0,04 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: 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: 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: 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: 109, KJoule: 461, Eiweiß (Protein): 3,95 g, Fett: 0,77 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 21,03 g, Zucker: 0,93 g, Gesamt Kochsalz: 0,03 g
Hauptgericht 1	kcal: 653, KJoule: 2739, Eiweiß (Protein): 26,84 g, Fett: 28,08 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 71,11 g, Zucker: 14,24 g, Gesamt Kochsalz: 1,53 g	kcal: 587, KJoule: 2459, Eiweiß (Protein): 22,18 g, Fett: 32,75 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 50,56 g, Zucker: 9,70 g, Gesamt Kochsalz: 2,49 g	kcal: 665, KJoule: 2779, Eiweiß (Protein): 41,75 g, Fett: 40,24 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 31,40 g, Zucker: 5,49 g, Gesamt Kochsalz: 5,13 g	kcal: 663, KJoule: 2759, Eiweiß (Protein): 41,25 g, Fett: 43,64 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 24,76 g, Zucker: 5,44 g, Gesamt Kochsalz: 1,24 g	kcal: 623, KJoule: 2605, Eiweiß (Protein): 42,03 g, Fett: 28,74 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 47,36 g, Zucker: 12,81 g, Gesamt Kochsalz: 0,59 g	kcal: 476, KJoule: 1992, Eiweiß (Protein): 23,60 g, Fett: 13,87 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 56,74 g, Zucker: 6,50 g, Gesamt Kochsalz: 2,24 g	kcal: 488, KJoule: 2041, Eiweiß (Protein): 29,42 g, Fett: 25,07 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 33,75 g, Zucker: 12,23 g, Gesamt Kochsalz: 0,89 g
Hauptgericht 2	kcal: 443, KJoule: 1865, Eiweiß (Protein): 25,63 g, Fett: 13,57 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 52,48 g, Zucker: 6,77 g, Gesamt Kochsalz: 2,25 g	kcal: 680, KJoule: 2865, Eiweiß (Protein): 20,59 g, Fett: 21,44 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 98,67 g, Zucker: 58,66 g, Gesamt Kochsalz: 0,94 g	kcal: 470, KJoule: 1953, Eiweiß (Protein): 14,54 g, Fett: 29,29 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 35,54 g, Zucker: 8,84 g, Gesamt Kochsalz: 0,90 g	kcal: 422, KJoule: 1752, Eiweiß (Protein): 9,02 g, Fett: 29,67 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 27,48 g, Zucker: 8,81 g, Gesamt Kochsalz: 0,87 g	kcal: 551, KJoule: 2297, Eiweiß (Protein): 10,60 g, Fett: 32,04 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 52,61 g, Zucker: 11,15 g, Gesamt Kochsalz: 1,57 g		kcal: 462, KJoule: 1920, Eiweiß (Protein): 10,11 g, Fett: 27,61 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 39,78 g, Zucker: 7,05 g, Gesamt Kochsalz: 1,11 g
Dessert	kcal: 103, KJoule: 434, Eiweiß (Protein): 2,33 g, Fett: 3,62 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,79 g, Zucker: 11,04 g, Gesamt Kochsalz: 0,24 g	kcal: 75, KJoule: 316, Eiweiß (Protein): 2,88 g, Fett: 2,76 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 9,42 g, Zucker: 8,78 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 93, KJoule: 393, Eiweiß (Protein): 3,10 g, Fett: 3,37 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 12,67 g, Zucker: 12,24 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 166, KJoule: 700, Eiweiß (Protein): 1,72 g, Fett: 3,33 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 31,09 g, Zucker: 21,80 g, Gesamt Kochsalz: 0,09 g	kcal: 93, KJoule: 391, Eiweiß (Protein): 3,45 g, Fett: 3,51 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 11,79 g, Zucker: 11,75 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 317, KJoule: 1333, Eiweiß (Protein): 6,11 g, Fett: 9,75 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 48,92 g, Zucker: 30,80 g, Gesamt Kochsalz: 0,44 g	kcal: 193, KJoule: 810, Eiweiß (Protein): 3,33 g, Fett: 10,29 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 21,64 g, Zucker: 18,11 g, Gesamt Kochsalz: 0,13 g

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