

Speiseplan im Mühlehof

vom 05.10.2026 bis 11.10.2026, 41. KW

	Montag 05.10.2026	Dienstag 06.10.2026	Mittwoch 07.10.2026	Donnerstag 08.10.2026	Freitag 09.10.2026	Samstag 10.10.2026	Sonntag 11.10.2026
Suppe	Gemüsesuppe ^{g,i}	Zuccinisuppe ^{g,i}	Kürbissuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}	Karottensuppe ^{g,i}		Kraftbrühe mit Nudeln ^{a,a1,c}
Menü 1	Penne mit Kürbis-Käsesahnesauce ^{a,a1,g} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Geschnetzeltes "Gyros Art" Tzatziki ^g Tomatenreis ^g Spitzkohlsalat ^{1,4,j}	Hacksteak ^{a,a1,c} Kräutersauce ^{a,a1,g} Spiralnudeln ^{a,a1} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Kutteln in Weissweinsauce ^{1,3,4,g,i,l} Rösti Ecken Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Gebackenes Rotbarschfilet ^{a,a1,d} Petersilienkartoffeln ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j} Remouladensauce ^{a,a1,c,g,j}	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch ^{a,a1,a2,a3} Brot	Putenrollbraten Bratensauce Kartoffelpüree ^g Apfelrotkraut ¹¹ Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}
Menü 2	Backfisch ^{a,a1,c,d,j} Dampfkartoffeln Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j} Remouladensauce ^{a,a1,c,g,j}	Linsen mit Spätzle ^{1,5,a,a1,c,g,i,l} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Gemüselasagne ^{a,a1,c,g} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Maultaschen Gemüsepfanne ^{a,a1,c,i} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Gebratene Polentaschnitte mit ^{1,2,g} Ratatouille Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}		Süßkartoffel-Amaranth-Bratling Kartoffelpüree ^g Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}
Dessert	Rote Grütze mit Vanillesauce ^g	Vanillecreme ^g	Obstsalat ³	Joghurt mit Pfirsich ^g	Apfelmus ³	Grießbrei mit Pfirsich und Zimt ^{a,a1,g}	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 = Glutenthaltiges 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 05.10.2026 bis 11.10.2026, 41. KW

	Montag 05.10.2026	Dienstag 06.10.2026	Mittwoch 07.10.2026	Donnerstag 08.10.2026	Freitag 09.10.2026	Samstag 10.10.2026	Sonntag 11.10.2026
Suppe	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: 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: 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	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: 92, KJoule: 388, Eiweiß (Protein): 3,36 g, Fett: 0,68 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 17,60 g, Zucker: 0,83 g, Gesamt Kochsalz: 0,05 g
Menü 1	kcal: 1020, KJoule: 4260, Eiweiß (Protein): 41,11 g, Fett: 58,79 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 84,61 g, Zucker: 21,21 g, Gesamt Kochsalz: 2,89 g	kcal: 630, KJoule: 2632, Eiweiß (Protein): 36,16 g, Fett: 34,43 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 41,81 g, Zucker: 6,28 g, Gesamt Kochsalz: 2,11 g	kcal: 801, KJoule: 3354, Eiweiß (Protein): 29,41 g, Fett: 40,27 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 78,56 g, Zucker: 10,61 g, Gesamt Kochsalz: 1,87 g	kcal: 469, KJoule: 1964, Eiweiß (Protein): 21,97 g, Fett: 25,08 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 35,76 g, Zucker: 9,01 g, Gesamt Kochsalz: 1,48 g	kcal: 603, KJoule: 2514, Eiweiß (Protein): 21,39 g, Fett: 35,61 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 47,42 g, Zucker: 7,17 g, Gesamt Kochsalz: 2,17 g	kcal: 302, KJoule: 1267, Eiweiß (Protein): 18,87 g, Fett: 6,39 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 39,82 g, Zucker: 7,81 g, Gesamt Kochsalz: 1,12 g	kcal: 466, KJoule: 1945, Eiweiß (Protein): 30,62 g, Fett: 22,57 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 32,17 g, Zucker: 11,58 g, Gesamt Kochsalz: 1,95 g
Menü 2	kcal: 341, KJoule: 1421, Eiweiß (Protein): 6,74 g, Fett: 21,12 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 29,35 g, Zucker: 5,91 g, Gesamt Kochsalz: 1,41 g	kcal: 285, KJoule: 1193, Eiweiß (Protein): 10,11 g, Fett: 12,53 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 29,17 g, Zucker: 11,68 g, Gesamt Kochsalz: 0,48 g	kcal: 895, KJoule: 3721, Eiweiß (Protein): 33,30 g, Fett: 56,81 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 59,49 g, Zucker: 17,73 g, Gesamt Kochsalz: 1,95 g	kcal: 524, KJoule: 2186, Eiweiß (Protein): 17,01 g, Fett: 26,91 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 52,78 g, Zucker: 8,69 g, Gesamt Kochsalz: 4,12 g	kcal: 509, KJoule: 2126, Eiweiß (Protein): 9,79 g, Fett: 29,10 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 50,54 g, Zucker: 9,34 g, Gesamt Kochsalz: 0,40 g		kcal: 718, KJoule: 2994, Eiweiß (Protein): 12,23 g, Fett: 42,64 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 66,31 g, Zucker: 13,38 g, Gesamt Kochsalz: 1,71 g
Dessert	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: 106, KJoule: 446, Eiweiß (Protein): 2,16 g, Fett: 3,96 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 15,54 g, Zucker: 11,79 g, Gesamt Kochsalz: 0,15 g	kcal: 109, KJoule: 457, Eiweiß (Protein): 0,21 g, Fett: 0,04 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 24,61 g, Zucker: 22,25 g, Gesamt Kochsalz: 0,01 g	kcal: 86, KJoule: 362, Eiweiß (Protein): 3,15 g, Fett: 3,15 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 10,91 g, Zucker: 10,91 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 83, KJoule: 352, Eiweiß (Protein): 0,00 g, Fett: 0,00 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 19,20 g, Zucker: 16,80 g, Gesamt Kochsalz: 0,00 g	kcal: 398, KJoule: 1687, Eiweiß (Protein): 7,06 g, Fett: 5,40 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 78,67 g, Zucker: 65,84 g, Gesamt Kochsalz: 0,19 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.