

Speiseplan im Mühlehof

vom 19.10.2026 bis 25.10.2026, 43. KW

	Montag 19.10.2026	Dienstag 20.10.2026	Mittwoch 21.10.2026	Donnerstag 22.10.2026	Freitag 23.10.2026	Samstag 24.10.2026	Sonntag 25.10.2026
Suppe	Zwiebelsuppe ^g	Tomatensuppe ^{g,i}	Karottensuppe ^{g,i}	Kohlrabisuppe ^g	Gemüsesuppe ^{g,i}		Champignonsuppe ^{3,a,a1,g}
Menü 1	Hackfleischspieß Budapest ^{2,a,a1} Bratensauce Kartoffelpüree ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Speck- Pfannkuchen 2,3,a,a1,c,g Rahmgemüse ^{a,a1,g} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Hähnchen- Piccata ^{a,a1,g} Tomaten- Spaghetti ^{a,a1,c} Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Rührei ^{c,g,i} mit Rahmspinat a,a1,g Salzkartoffeln	Pangasiusfilet mit Käse- Tomatenauflage ^{a,a1,d} Tzatziki ^g Rosmarinkartoffeln Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Kartoffel- Lauch- Hackfleisch Eintopf mit Schmelzkäse ^g Brot ^{a,a1,a2,a3}	Kohlroulade mit Bratensauce ^{a,a1} Kartoffelpüree ^g
Menü 2	Gemüsestrudel 4,a,a1,g,k Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Gefüllte Kartoffeltaschen ^g Sauerrahm Dip ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j Bohnensalat ^{1,4,9}	Blumenkohl- Käse-Medaillon ^{a,a1,g} Kartoffelpüree ^g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Pizza Magherita a,a1,g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j	Fotzelschnitten a,a1,c,g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j Apfelkompott ³ Zimt und Zucker		Gemüselasagne a,a1,c,g Blatt/Mischsalat 1,11,a,a1,c,g,j
Dessert	Joghurt mit Erdbeeren ^g	Birnenwürfel mit Schokoladensauce 2,g	Beerenquark ^g	Pfirsichkompott	Kirschgötterspeise mit Vanillesauce ^g	Süßer Brotauflauf mit Aprikosen 2,3,a,a1,c,g Vanillesauce ^g	Eisbecher Schwarzwälder Kirsch ^{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, 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, w3 = Walnüsse

Nährwerte zum Speiseplan vom 19.10.2026 bis 25.10.2026, 43. KW

	Montag 19.10.2026	Dienstag 20.10.2026	Mittwoch 21.10.2026	Donnerstag 22.10.2026	Freitag 23.10.2026	Samstag 24.10.2026	Sonntag 25.10.2026
Suppe	kcal: 54, KJoule: 225, Eiweiß (Protein): 0,83 g, Fett: 3,42 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,51 g, Zucker: 3,33 g, Gesamt Kochsalz: 0,04 g	kcal: 97, KJoule: 406, Eiweiß (Protein): 2,07 g, Fett: 6,48 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 7,15 g, Zucker: 6,42 g, Gesamt Kochsalz: 0,07 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: 71, KJoule: 295, Eiweiß (Protein): 1,74 g, Fett: 4,18 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 5,59 g, Zucker: 0,64 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 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: 96, KJoule: 398, Eiweiß (Protein): 2,19 g, Fett: 7,86 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 3,55 g, Zucker: 1,16 g, Gesamt Kochsalz: 0,41 g
Menü 1	kcal: 638, KJoule: 2663, Eiweiß (Protein): 18,08 g, Fett: 46,32 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 34,93 g, Zucker: 7,24 g, Gesamt Kochsalz: 2,18 g	kcal: 724, KJoule: 3011, Eiweiß (Protein): 24,75 g, Fett: 40,24 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 62,45 g, Zucker: 15,84 g, Gesamt Kochsalz: 1,67 g	kcal: 851, KJoule: 3575, Eiweiß (Protein): 44,17 g, Fett: 32,60 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 93,24 g, Zucker: 11,55 g, Gesamt Kochsalz: 4,25 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: 308, KJoule: 1284, Eiweiß (Protein): 6,35 g, Fett: 15,54 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 34,02 g, Zucker: 6,73 g, Gesamt Kochsalz: 1,22 g	kcal: 449, KJoule: 1876, Eiweiß (Protein): 19,12 g, Fett: 24,49 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 36,59 g, Zucker: 6,82 g, Gesamt Kochsalz: 2,56 g	kcal: 496, KJoule: 2063, Eiweiß (Protein): 17,09 g, Fett: 33,16 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 29,59 g, Zucker: 8,08 g, Gesamt Kochsalz: 2,05 g
Menü 2	kcal: 647, KJoule: 2690, Eiweiß (Protein): 13,24 g, Fett: 43,82 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 50,60 g, Zucker: 9,41 g, Gesamt Kochsalz: 2,68 g	kcal: 574, KJoule: 2392, Eiweiß (Protein): 9,93 g, Fett: 33,71 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 53,35 g, Zucker: 9,04 g, Gesamt Kochsalz: 4,20 g	kcal: 807, KJoule: 3379, Eiweiß (Protein): 19,27 g, Fett: 42,87 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 81,81 g, Zucker: 13,46 g, Gesamt Kochsalz: 3,16 g	kcal: 800, KJoule: 3335, Eiweiß (Protein): 34,33 g, Fett: 41,29 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 71,29 g, Zucker: 9,11 g, Gesamt Kochsalz: 2,28 g	kcal: 392, KJoule: 1649, Eiweiß (Protein): 8,51 g, Fett: 13,26 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 57,73 g, Zucker: 32,69 g, Gesamt Kochsalz: 0,86 g		kcal: 895, KJoule: 3723, Eiweiß (Protein): 33,33 g, Fett: 56,83 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 59,52 g, Zucker: 17,76 g, Gesamt Kochsalz: 1,95 g
Dessert	kcal: 78, KJoule: 328, Eiweiß (Protein): 3,36 g, Fett: 3,27 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 8,33 g, Zucker: 8,33 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 108, KJoule: 459, Eiweiß (Protein): 0,79 g, Fett: 0,67 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 23,80 g, Zucker: 23,65 g, Gesamt Kochsalz: 0,03 g	kcal: 132, KJoule: 554, Eiweiß (Protein): 12,50 g, Fett: 3,38 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 11,40 g, Zucker: 11,19 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g	kcal: 83, KJoule: 350, Eiweiß (Protein): 0,00 g, Fett: 0,00 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 18,75 g, Zucker: 18,75 g, Gesamt Kochsalz: 0,00 g	kcal: 77, KJoule: 325, Eiweiß (Protein): 1,50 g, Fett: 3,28 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 10,46 g, Zucker: 7,74 g, Gesamt Kochsalz: 0,08 g	kcal: 411, KJoule: 1724, Eiweiß (Protein): 18,94 g, Fett: 14,45 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 50,38 g, Zucker: 32,77 g, Gesamt Kochsalz: 0,77 g	kcal: 71, KJoule: 300, Eiweiß (Protein): 0,90 g, Fett: 3,48 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 9,00 g, Zucker: 8,40 g, Gesamt Kochsalz: 0,04 g

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