

Speiseplan im Mühlehof

vom 16.12.2024 bis 22.12.2024, 51. KW

| | Montag 16.12.2024 | Dienstag 17.12.2024 | Mittwoch 18.12.2024 | Donnerstag 19.12.2024 | Freitag 20.12.2024 | Samstag 21.12.2024 | Sonntag 22.12.2024 |
|-----------------------|---|--|---|--|---|---|---|
| Suppe | Zwiebelsuppe ^g | Tomatensuppe ^{g,i} | Karottensuppe ^{g,i} | Kohlrabisuppe ^g | Gemüsesuppe ^{g,i} | | Champignonsuppe ³ a,a1,g |
| Hauptgericht 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 mit 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- Tomatenaufgabe 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 |
| Hauptgericht 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 | Kirschgötterspeise mit Vanillesauce ^g | Pfirsichkompott | Beerenquark ^g | Birnenwürfel mit Schokoladen- sauce ^{2,g} | Süßer Brotaufwurf mit Aprikosen 2,3,a,a1,c,g Vanillesauce ^g | Eisbecher Schwarzwälder Kirsch ^{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, 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 16.12.2024 bis 22.12.2024, 51. KW

| | Montag 16.12.2024 | Dienstag 17.12.2024 | Mittwoch 18.12.2024 | Donnerstag 19.12.2024 | Freitag 20.12.2024 | Samstag 21.12.2024 | Sonntag 22.12.2024 |
|-----------------------|---|--|---|---|---|--|--|
| Suppe | kcal: 60, KJoule: 248, Eiweiß (Protein): 0,92 g, Fett: 3,48 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 5,61 g, Zucker: 4,19 g, Gesamt Kochsalz: 5,54 g | kcal: 94, KJoule: 390, Eiweiß (Protein): 2,07 g, Fett: 6,48 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 7,09 g, Zucker: 5,72 g, Gesamt Kochsalz: 0,86 g | kcal: 83, KJoule: 347, Eiweiß (Protein): 1,80 g, Fett: 2,69 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 11,50 g, Zucker: 5,26 g, Gesamt Kochsalz: 1,27 g | kcal: 74, KJoule: 307, Eiweiß (Protein): 1,79 g, Fett: 4,21 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 6,18 g, Zucker: 1,10 g, Gesamt Kochsalz: 2,43 g | kcal: 82, KJoule: 341, Eiweiß (Protein): 2,04 g, Fett: 4,16 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 7,86 g, Zucker: 3,13 g, Gesamt Kochsalz: 1,98 g | | kcal: 99, KJoule: 409, Eiweiß (Protein): 2,25 g, Fett: 7,89 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,11 g, Zucker: 1,61 g, Gesamt Kochsalz: 1,24 g |
| Hauptgericht 1 | kcal: 678, KJoule: 2831, Eiweiß (Protein): 18,72 g, Fett: 48,15 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 40,10 g, Zucker: 8,34 g, Gesamt Kochsalz: 6,18 g | kcal: 625, KJoule: 2619, Eiweiß (Protein): 22,44 g, Fett: 38,29 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 46,05 g, Zucker: 14,40 g, Gesamt Kochsalz: 5,13 g | kcal: 779, KJoule: 3268, Eiweiß (Protein): 41,65 g, Fett: 32,24 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 79,27 g, Zucker: 10,59 g, Gesamt Kochsalz: 10,52 g | kcal: 324, KJoule: 1350, Eiweiß (Protein): 17,75 g, Fett: 20,55 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 14,30 g, Zucker: 2,12 g, Gesamt Kochsalz: 3,27 g | kcal: 311, KJoule: 1302, Eiweiß (Protein): 6,36 g, Fett: 15,44 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 34,15 g, Zucker: 8,43 g, Gesamt Kochsalz: 3,25 g | kcal: 461, KJoule: 1926, Eiweiß (Protein): 19,41 g, Fett: 24,78 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 38,50 g, Zucker: 7,94 g, Gesamt Kochsalz: 4,69 g | kcal: 516, KJoule: 2145, Eiweiß (Protein): 17,21 g, Fett: 34,13 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 32,16 g, Zucker: 8,42 g, Gesamt Kochsalz: 4,56 g |
| Hauptgericht 2 | kcal: 652, KJoule: 2711, Eiweiß (Protein): 13,65 g, Fett: 43,91 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 51,17 g, Zucker: 9,93 g, Gesamt Kochsalz: 3,74 g | kcal: 483, KJoule: 2014, Eiweiß (Protein): 8,40 g, Fett: 31,14 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 38,92 g, Zucker: 8,51 g, Gesamt Kochsalz: 5,79 g | kcal: 814, KJoule: 3404, Eiweiß (Protein): 19,68 g, Fett: 42,95 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 82,40 g, Zucker: 13,99 g, Gesamt Kochsalz: 6,19 g | kcal: 786, KJoule: 3314, Eiweiß (Protein): 35,21 g, Fett: 41,40 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 70,55 g, Zucker: 8,83 g, Gesamt Kochsalz: 4,15 g | kcal: 320, KJoule: 1347, Eiweiß (Protein): 6,32 g, Fett: 12,01 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 45,63 g, Zucker: 32,55 g, Gesamt Kochsalz: 1,65 g | | kcal: 897, KJoule: 3728, Eiweiß (Protein): 33,73 g, Fett: 56,92 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 60,03 g, Zucker: 17,73 g, Gesamt Kochsalz: 3,99 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: 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: 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: 129, KJoule: 543, Eiweiß (Protein): 12,47 g, Fett: 3,40 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 11,12 g, Zucker: 10,94 g, Gesamt Kochsalz: 0,12 g | kcal: 110, KJoule: 466, Eiweiß (Protein): 0,86 g, Fett: 0,62 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 24,45 g, Zucker: 24,45 g, Gesamt Kochsalz: 0,05 g | kcal: 415, KJoule: 1739, Eiweiß (Protein): 19,15 g, Fett: 14,75 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 50,28 g, Zucker: 32,75 g, Gesamt Kochsalz: 0,95 g | kcal: 141, KJoule: 590, Eiweiß (Protein): 1,50 g, Fett: 7,08 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 17,34 g, Zucker: 14,46 g, Gesamt Kochsalz: 0,09 g |

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