

Speiseplan im Mühlehof

vom 27.01.2025 bis 02.02.2025, 5. KW

	Montag 27.01.2025	Dienstag 28.01.2025	Mittwoch 29.01.2025	Donnerstag 30.01.2025	Freitag 31.01.2025	Samstag 01.02.2025	Sonntag 02.02.2025
Suppe	Gemüsesuppe ^{g,i}	Zucchinisuppe ^{g,i}	Kürbissuppe ^{g,i}	Gemüsesuppe ^{g,i}	Karottensuppe ^{g,i}		Kraftbrühe mit Nudeln ^{a,a1,c}
Hauptgericht 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} Paprikasauce ^g Spiralnudeln ^{a,a1} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}	Kutteln in Weissweinsauce ^{1,3,4,5,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 Brot ^{a,a1,a2,a3}	Putenrollbraten Rosmarinsauce Kartoffel-Selleriepüree ^{g,i} Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j}
Hauptgericht 2	Backfisch ^{a,a1,c,d,j} Dampfkartoffeln Blatt/Mischsalat ^{1,11,a,a1,c,g,j} Remouladensauce ^{a,a1,c,g,j}	Linzen 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 ^{1,2,g} mit 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 = 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 = Schwefeldioxyde und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l, w3 = Walnüsse

Nährwerte zum Speiseplan vom 27.01.2025 bis 02.02.2025, 5. KW

	Montag 27.01.2025	Dienstag 28.01.2025	Mittwoch 29.01.2025	Donnerstag 30.01.2025	Freitag 31.01.2025	Samstag 01.02.2025	Sonntag 02.02.2025
Suppe	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: 77, KJoule: 319, Eiweiß (Protein): 1,68 g, Fett: 6,39 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 2,84 g, Zucker: 2,36 g, Gesamt Kochsalz: 3,83 g	kcal: 89, KJoule: 370, Eiweiß (Protein): 2,25 g, Fett: 5,05 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 9,57 g, Zucker: 5,68 g, Gesamt Kochsalz: 3,21 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: 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: 100, KJoule: 423, Eiweiß (Protein): 3,56 g, Fett: 0,88 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 18,93 g, Zucker: 1,62 g, Gesamt Kochsalz: 1,53 g
Hauptgericht 1	kcal: 1032, KJoule: 4314, Eiweiß (Protein): 41,70 g, Fett: 58,97 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 86,72 g, Zucker: 23,03 g, Gesamt Kochsalz: 7,26 g	kcal: 569, KJoule: 2385, Eiweiß (Protein): 37,67 g, Fett: 29,36 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 41,59 g, Zucker: 6,20 g, Gesamt Kochsalz: 5,01 g	kcal: 743, KJoule: 3116, Eiweiß (Protein): 28,67 g, Fett: 35,49 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 75,18 g, Zucker: 10,94 g, Gesamt Kochsalz: 5,81 g	kcal: 483, KJoule: 2020, Eiweiß (Protein): 23,29 g, Fett: 26,00 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 35,74 g, Zucker: 9,04 g, Gesamt Kochsalz: 4,11 g	kcal: 617, KJoule: 2577, Eiweiß (Protein): 31,33 g, Fett: 32,85 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 46,24 g, Zucker: 8,17 g, Gesamt Kochsalz: 6,07 g	kcal: 313, KJoule: 1312, Eiweiß (Protein): 19,07 g, Fett: 6,51 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 42,00 g, Zucker: 9,51 g, Gesamt Kochsalz: 5,02 g	kcal: 460, KJoule: 1922, Eiweiß (Protein): 30,23 g, Fett: 24,72 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 27,77 g, Zucker: 6,75 g, Gesamt Kochsalz: 4,82 g
Hauptgericht 2	kcal: 342, KJoule: 1423, Eiweiß (Protein): 6,67 g, Fett: 20,79 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 29,16 g, Zucker: 7,30 g, Gesamt Kochsalz: 2,95 g	kcal: 295, KJoule: 1237, Eiweiß (Protein): 10,74 g, Fett: 12,47 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 31,19 g, Zucker: 12,67 g, Gesamt Kochsalz: 5,72 g	kcal: 897, KJoule: 3727, Eiweiß (Protein): 33,70 g, Fett: 56,90 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 60,00 g, Zucker: 17,71 g, Gesamt Kochsalz: 3,99 g	kcal: 528, KJoule: 2207, Eiweiß (Protein): 17,43 g, Fett: 27,00 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 53,34 g, Zucker: 9,21 g, Gesamt Kochsalz: 5,18 g	kcal: 513, KJoule: 2140, Eiweiß (Protein): 10,19 g, Fett: 29,19 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 51,09 g, Zucker: 9,54 g, Gesamt Kochsalz: 3,18 g		kcal: 723, KJoule: 3015, Eiweiß (Protein): 12,64 g, Fett: 42,72 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 66,90 g, Zucker: 13,91 g, Gesamt Kochsalz: 4,74 g
Dessert	kcal: 163, KJoule: 689, Eiweiß (Protein): 1,69 g, Fett: 3,36 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 30,81 g, Zucker: 21,55 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: 111, KJoule: 466, Eiweiß (Protein): 0,58 g, Fett: 0,17 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 24,61 g, Zucker: 22,75 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: 0,93 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.