



	Montag 04.05.2026		Dienstag 05.05.2026		Mittwoch 06.05.2026		Donnerstag 07.05.2026		Freitag 08.05.2026		Samstag 09.05.2026		Sonntag 10.05.2026	
"So essen Sie gesund"	Vegan:		Gedünstetes Seelachsfilet	j	Vegan:		Vegetarisch:		Vegan:		Vegetarisch:		Vegetarisch:	
	Paprikaschote mit Couscousfüllung, Tomatensoße und Reis	a,g,h 6,a	mit Gemüsestreifen in Dillsoße und Kartoffeln	2,b,g 2	Kichererbsencurry mit veganen Bällchen	h a	Kartoffelauflauf mit Käsesoße, und Wachsbohnen Salat	b,c b 6	Vollkornpenne mit Linsenbolognese und Chinakohl in pik. Joghurdressing	2,a a,g 6	Gemüse-eintopf mit Grießklößchen	2,g 2,a,b,c	Polenta-Spinat-tasche an Kaisergemüse in Bechamelsonsoße	a,b b
Vollkost	Ungarisches Rindergulasch mit Nudeln und Blattsalat in Essig-Öl-Dressing	R,a,h 2,a	Vegan: Kartoffelsalat klar, und gem. Rohkost (Möhre, Zucchini, Kohlrabi) und Falafel	1,8,h 6 a	Rinderbraten "Esterhazy" mit Möhren und Kartoffeln	R 2,a,g 2	Vegetarisch: Nasi Goreng mit Currysoße	1,d,h a,b,h	Fischfilet "Bordelaise" mit Kräutersoße, Reis und Chinakohl in pik. Joghurdressing	a,j b 6	Erseneintopf mit Bockwurst	S,R,1,5,g 8,9,b	Gegrillte Hähnchenbrust an Kaisergemüse in Bechamelsonsoße und Kartoffeln	G b 2
	gut bekömmlich	Vegetarisch: Omelette mit Tomaten-Zucchini und Kartoffeln	b,c 6,a 2	Pasta mit Gemüse-Schinken-Käsesoße und gem. Rohkost (Möhre, Zucchini, Kohlrabi)	2,a 1,2,5,9 a,b,g 6	Vegetarisch: Blumenkohlmedaillon, holländische Soße, Möhren und Kartoffeln	a,b b,c 2 2	Geschnetzeltes "Züricher Art", Spätzle, Wachsbohnen Salat	S,a,b 2,a,c 6	Schweinesteak mit Rahmsoße, Romanesco und Kartoffeln	S,c a,b 2 2	Vegetarisch: Eierpfannkuchen mit Quark-Rosinenfüllung und Kompott	a,b,c	Gegrillte Hähnchenbrust an Kaisergemüse in Bechamelsonsoße und Kartoffeln
auf Wunsch	Obst		Obst		Obst		Obst		Obst		Obst		Obst	
	Nougatpudding Madeleine Fruchtjoghurt	b,f a,b,c,d 2,b	Zitronenmousse Marmorkuchen Fruchtjoghurt	R,2,b a,b,c 2,b	Götterspeise Karamellkeks Fruchtjoghurt	a,d 2,b	Schokopudding Mürbteigkeks Fruchtjoghurt	R,a,b a,b,c 2,b	Buttermilchspeise Schokokeks Fruchtjoghurt	b a,b,c,d,f 2,b	Grießpudding Zitronenkuchen Fruchtjoghurt	a,b a,b,c,d 2,b	Vanillepudding Waffel Fruchtjoghurt	R,2,a,b a,c 2,b

Bunt und gesund essen und dabei die Umwelt schonen, das sind die DGE-Empfehlungen. Wer sich überwiegend von Obst und Gemüse, Vollkorngetreide, Hülsenfrüchten sowie Nüssen und pflanzlichen Ölen ernährt, schützt nicht nur seine Gesundheit, sondern schont dabei die Ressourcen der Erde. Nutzen sie unser Angebot und bestellen Sie gern große Portionen Gemüse oder einen zusätzlichen Salat. www.dge.de

"Guten Appetit" wünscht das Küchenteam der Mühlenkreiskliniken!
Weitere Informationen zum Thema Essen & Trinken unter www.muehlenkreiskliniken.de/Zentralkueche

Fleischsorte	Zusatzstoffe lt. Rezeptur	Allergene lt. Rezeptur
S Schweinefleisch	1 Konservierungsstoff	a Weizen
R Rindfleisch	2 Farbstoff	ag Gerste
G Geflügel	3 geschwefelt	ah Hafer
	4 geschwärzt	b Milch
	5 Antioxidationsmittel	c Ei
	6 Süßungsmittel	d Soja
		e Erdnuss
		f Haselnuss
		g Sellerie
		h Senf
		i Krebstiere
		j Fisch / Weichtiere
		k Sesam
		l Schwefeldioxid
		m Lupine