



Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

03.03.2025 bis 09.03.2025, 10. Kalenderwoche

| Tag | Suppe | Menü 1 | Menü 2 | Dessert MMD/Tagespflege |
|---------------|--|--|---|--|
| Mo. 03.03. | Mediterrane Gemüse- secremesuppe ^{a, a1, g1, g, 1, 43} | Königsberger Klopse ^{31, a, a1, g1, g, l, 1, 41, 43} Butterreis ^{g1, g, 43} Rote Beete Salat ^{l, 3, 9, 7} | Broccoli mit Bechamel u. Käse überbacken ^{a, a1, g1, g, 1, 43} Salzkartoffeln | Apfel ⁷ |
| | 81 kcal; 3,8 g Fett; 9,0 g KH; 2,0 g Eiweiß | 345 kcal; 17,8 g Fett; 39,2 g KH; 4,8 g Eiweiß | 347 kcal; 10,7 g Fett; 41,0 g KH; 16,3 g Eiweiß | 82 kcal; 0,1 g Fett; 19,4 g KH; 0,5 g Eiweiß |
| Di. 04.03. | Frühlingssuppe ^{a, a1, c, i, 43} | Rahmspinat ^{a, a1, g1, g, 43} Rührei ^{g1, c, g} Salzkartoffeln | Grießquarkauflauf ^{a, a1, g1, c, g} Vanillesoße ^{g1, g, 1} | Banane |
| | 0 kcal; 0,0 g Fett; 0,0 g KH; 0,0 g Eiweiß | 453 kcal; 22,4 g Fett; 39,6 g KH; 19,1 g Eiweiß | 257 kcal; 7,0 g Fett; 27,5 g KH; 19,9 g Eiweiß | 203 kcal; 0,4 g Fett; 45,1 g KH; 2,6 g Eiweiß |
| Mi. 05.03. | Hokkaido- Kürbis- cremesuppe ^{a, a1, 1, 43} | Matjes Hausfrauen Art mit So- ße ^{a, a1, g1, c, d, g, j, l, 2, 3, 9, 1} Salzkartoffeln | Pilzpfanne ^{a, a1, g1, g, 3} Kartoffelnudeln ^{a, a1, c} Chinakohl ^{g1, g, l, 3} Sauerrahm Dressing ^{g1, g, l, 3} | Schokopudding mit Sahne |
| | 131 kcal; 8,9 g Fett; 9,8 g KH; 2,5 g Eiweiß | 619 kcal; 36,9 g Fett; 43,3 g KH; 24,8 g Eiweiß | 551 kcal; 27,3 g Fett; 59,3 g KH; 13,3 g Eiweiß | 123 kcal; 3,5 g Fett; 20,5 g KH; 1,9 g Eiweiß |
| Do. 06.03. | Nudelsuppe ^{a, a1, c, i, 43} | Putenrollbraten mit Soße ^{a, a1, g1, g, i, 1, 43} Spätzle ^{a, a1, c, 1} Rosenkohl ^{g1, g, 43} | Gemüsestrudel ^{a, a1, g1, c, g, i} Kräutersoße ^{a, a1, g1, g, 1, 43} Karottensalat ^{l, 3, 43} | Mandarine ⁷ |
| | 57 kcal; 2,4 g Fett; 7,3 g KH; 1,4 g Eiweiß | 625 kcal; 21,4 g Fett; 59,5 g KH; 44,5 g Eiweiß | 463 kcal; 19,1 g Fett; 58,2 g KH; 10,6 g Eiweiß | 32 kcal; 0,2 g Fett; 6,3 g KH; 0,5 g Eiweiß |
| Fr. 07.03. | Hühnerbrühe mit Nu- deln ^{a, a1, c, i, 43} | Hähnchenbrust Butterreis ^{g1, g, 43} Cookinseln Gemüse ^{a, a1, 1} | Semmelschmarrn mit Zimt ^{a, a1, g1, c, g} Kirschkompott ¹ | Pfirsichkompott |
| | 59 kcal; 2,4 g Fett; 7,6 g KH; 1,4 g Eiweiß | 425 kcal; 15,0 g Fett; 33,4 g KH; 37,3 g Eiweiß | 685 kcal; 21,7 g Fett; 96,8 g KH; 23,4 g Eiweiß | 95 kcal; 0,3 g Fett; 21,2 g KH; 0,8 g Eiweiß |
| Sa. 08.03. | | Kartoffelgulasch mit Hack- fleisch ⁴³ Bauernbrot ^{a, a1, a2} | Klare Gemüsesuppe ^{g1, g, i, 43} Grießbrei mit Zimt ^{a, a1, g1, g} | Pflaumenkompott ³ |
| | | 344 kcal; 12,6 g Fett; 37,9 g KH; 17,2 g Eiweiß | 531 kcal; 6,8 g Fett; 101,9 g KH; 13,4 g Eiweiß | 86 kcal; 0,1 g Fett; 19,9 g KH; 0,4 g Eiweiß |
| So. 09.03. | Grießklößchensuppe ^{a, a1, g1, c, g, 43} | Schweinebraten ⁴³ Kartoffelkloß ^{a, a1, g1, g} Sauerkraut ^{a, a1, g1, g, 2, 3, 4, 8, 43} | Kartoffelaufwurf mit Käse über- backen ^{a, a1, g1, g, 1, 43} bunter Salat mit Essig-Öl ^{l, 3, 1} | Vanille-Joghurtcreme |
| | 142 kcal; 5,5 g Fett; 18,3 g KH; 4,4 g Eiweiß | 231 kcal; 7,2 g Fett; 32,2 g KH; 6,7 g Eiweiß | 450 kcal; 21,2 g Fett; 46,9 g KH; 15,6 g Eiweiß | 234 kcal; 2,3 g Fett; 48,1 g KH; 5,2 g Eiweiß |