



## Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

29.09.2025 bis 05.10.2025, 40. Kalenderwoche

| Tag           | Suppe                                                | Menü 1                                                                                                                                       | Menü 2                                                                                                                | Dessert MMD/Tagespflege                          |
|---------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Mo.<br>29.09. | Hokkaido- Kürbis-<br>cremesuppe <sup>1, 43</sup>     | Hähnchenschenkel mit Soße <sup>1, 43</sup><br>Kartoffelkloß <sup>g1, g</sup><br>Krautsalat mit Speck <sup>2, 3, 4, 8</sup>                   | Broccoli mit Bechamel u. Käse<br>überbacken <sup>g1, g, 1, 43</sup><br>Kräutersoße <sup>1, 43</sup><br>Salzkartoffeln | Apfel <sup>7</sup>                               |
|               | 131 kcal; 8,9 g Fett; 9,8 g KH;<br>2,5 g Eiweiß      | 659 kcal; 37,9 g Fett; 41,4 g KH; 38,9 g Eiweiß                                                                                              | 412 kcal; 13,9 g Fett; 48,4 g KH; 17,6 g Eiweiß                                                                       | 82 kcal; 0,1 g Fett; 19,4 g KH;<br>0,5 g Eiweiß  |
| Di.<br>30.09. | Klare Gemüsesuppe<br><sup>g1, g, 43</sup>            | Spiralnudeln <sup>a, a1, c</sup><br>Käsesoße <sup>g1, g, 1, 43</sup><br>Karottensalat <sup>43</sup>                                          | Omeletten mit Quark <sup>a, a1, g1, c, g</sup><br>Schokosoße <sup>g1, g, 1</sup>                                      | Zimtquark <sup>g1, g</sup>                       |
|               | 38 kcal; 2,4 g Fett; 2,4 g KH; 1,0<br>g Eiweiß       | 523 kcal; 13,1 g Fett; 80,9 g KH; 16,9 g Eiweiß                                                                                              | 316 kcal; 7,2 g Fett; 48,4 g KH; 12,4 g Eiweiß                                                                        | 117 kcal; 4,3 g Fett; 9,7 g KH;<br>9,6 g Eiweiß  |
| Mi.<br>01.10. | Karottencremesuppe<br><sup>g1, g, 1, 43</sup>        | Szegediner Gulasch mit Sauer-<br>kraut <sup>43</sup><br>Salzkartoffeln<br>Eisbergsalat                                                       | Risotto <sup>g, 1, 43</sup><br>Pilzpfanne <sup>3</sup><br>Eisbergsalat                                                | Banane                                           |
|               | 98 kcal; 5,3 g Fett; 10,0 g KH;<br>1,8 g Eiweiß      | 408 kcal; 19,7 g Fett; 34,7 g KH; 19,5 g Eiweiß                                                                                              | 286 kcal; 11,5 g Fett; 32,4 g KH; 11,3 g Eiweiß                                                                       | 135 kcal; 0,3 g Fett; 30,0 g KH;<br>1,7 g Eiweiß |
| Do.<br>02.10. | Grießsuppe <sup>g1, g, i, 43</sup>                   | Fleischkäse <sup>2, 3, 9a, 8</sup><br>Bratkartoffeln <sup>g1, g</sup><br>Bratensauce <sup>j, 1, 43</sup><br>Chinakohl <sup>g1, g, i, 3</sup> | Gemüsefrikassee mit Rahmsou-<br>ße <sup>g1, g, 43</sup><br>Salzkartoffeln                                             | Wackelpudding                                    |
|               | 50 kcal; 2,2 g Fett; 6,1 g KH; 1,2<br>g Eiweiß       | 452 kcal; 23,6 g Fett; 36,8 g KH; 21,6 g Eiweiß                                                                                              | 276 kcal; 7,8 g Fett; 40,0 g KH; 7,4 g Eiweiß                                                                         | 78 kcal; 0,0 g Fett; 18,8 g KH;<br>0,0 g Eiweiß  |
| Fr.<br>03.10. | Grießklößchensuppe<br><sup>a, a1, g1, c, g, 43</sup> | Forelle " Müllerin" mit Zitrone <sup>g1, d, g, 7, 43</sup><br>Salzkartoffeln                                                                 | Omeletten natur <sup>a, a1, g1, c, g</sup><br>Pfirsichkompott                                                         | Sahnerolle Erdbeer <sup>a, a1, g1, c, g</sup>    |
|               | 151 kcal; 6,6 g Fett; 18,0 g KH;<br>4,3 g Eiweiß     | 490 kcal; 21,7 g Fett; 36,7 g KH; 33,8 g Eiweiß                                                                                              | 281 kcal; 5,1 g Fett; 46,4 g KH; 10,4 g Eiweiß                                                                        | 95 kcal; 4,2 g Fett; 12,0 g KH;<br>2,3 g Eiweiß  |
| Sa.<br>04.10. |                                                      | Linseneintopf mit Kasseler <sup>i, 3, 1, 5, 43</sup><br>Bauernbrot <sup>a, a1, a2</sup>                                                      | Nudelsuppe <sup>a, a1, g1, c, g, 43</sup><br>Grießbrei mit Zimt                                                       | Pflaumenkompott <sup>3</sup>                     |
|               |                                                      | 401 kcal; 8,6 g Fett; 54,3 g KH; 21,4 g Eiweiß                                                                                               | 551 kcal; 6,7 g Fett; 106,8 g KH; 13,8 g Eiweiß                                                                       | 86 kcal; 0,1 g Fett; 19,9 g KH;<br>0,4 g Eiweiß  |
| So.<br>05.10. | Festtagssuppe <sup>a, a1, g1, c, g, i</sup>          | Sauerbraten mit Soße <sup>a, a1, 43</sup><br>Kartoffelkloß <sup>g1, g</sup><br>Apfelrotkohl <sup>31, g1, g, i, 2, 3</sup>                    | Spätzlepfanne mit buntem Ge-<br>müse <sup>a, a1, g1, c, g, 43</sup><br>Rahmsauce <sup>1, 43</sup><br>Eisbergsalat     | Vanille-Joghurtcreme<br><sup>g1, g</sup>         |
|               | 104 kcal; 6,9 g Fett; 8,2 g KH;<br>1,8 g Eiweiß      | 644 kcal; 36,6 g Fett; 45,8 g KH; 30,3 g Eiweiß                                                                                              | 395 kcal; 15,0 g Fett; 52,4 g KH; 10,5 g Eiweiß                                                                       | 229 kcal; 2,3 g Fett; 47,4 g KH;<br>4,7 g Eiweiß |