



## Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

29.06.2026 bis 05.07.2026, 27. Kalenderwoche

Tag	Suppe	Menü 1	Menü 2	Dessert MMD/Tagespflege
Mo. 29.06.	Bärlauchcremesuppe <sup>43</sup>	Putenschnitzel <sup>a, a1</sup> Currysoße <sup>43</sup> Butterreis <sup>g1, g, 43</sup> Sellerie-Karottengemüse <sup>g1, g, i, 43</sup>	Broccoli mit Bechamel u. Käse überbacken <sup>g1, g, 43</sup> Kräutersoße <sup>1, 43</sup> Salzkartoffeln	Wackelpudding
	88 kcal; 4,6 g Fett; 9,6 g KH; 1,5 g Eiweiß	700 kcal; 38,0 g Fett; 56,4 g KH; 31,2 g Eiweiß	431 kcal; 16,1 g Fett; 48,4 g KH; 17,6 g Eiweiß	78 kcal; 0,0 g Fett; 18,8 g KH; 0,0 g Eiweiß
Di. 30.06.	Klare Gemüsesuppe <sup>g1, g, 43</sup>	Spiralnudeln mit Blattspinat und Sahne <sup>g1, g, 43</sup> Tomatensalat <sup>l, 3, 5</sup>	Omeletten mit Quark <sup>a, a1, g1, c, g</sup> kalte Fruchtsoße <sup>1</sup>	Banane
	38 kcal; 2,4 g Fett; 2,4 g KH; 1,0 g Eiweiß	442 kcal; 18,0 g Fett; 52,8 g KH; 15,1 g Eiweiß	373 kcal; 7,1 g Fett; 61,7 g KH; 12,5 g Eiweiß	135 kcal; 0,3 g Fett; 30,0 g KH; 1,7 g Eiweiß
Mi. 01.07.	Broccolicremesuppe <sup>43</sup>	Schweinegeschnetztes Gyros-Art <sup>g1, g, 43</sup> Gabelspagetti Gurkensalat mit Joghurt	Risotto <sup>g, 43</sup> Pilzpfanne <sup>3</sup> Gurkensalat mit Joghurt	Aprikosenquark <sup>g1, g</sup>
	98 kcal; 5,6 g Fett; 8,1 g KH; 2,7 g Eiweiß	363 kcal; 10,8 g Fett; 40,3 g KH; 25,2 g Eiweiß	318 kcal; 14,1 g Fett; 34,1 g KH; 11,7 g Eiweiß	118 kcal; 3,6 g Fett; 12,1 g KH; 9,1 g Eiweiß
Do. 02.07.	Grießsuppe <sup>g1, g, i, 43</sup>	Fleischküchle <sup>a, a1, c, 41</sup> Kartoffelsalat mit Majonäse <sup>a, a1, g1, c, g, j, 9, 43</sup> Chinakohl <sup>g1, g</sup>	Gemüsefrikassee mit Rahmsoße <sup>g1, g, 43</sup> Salzkartoffeln	Wassermelone <sup>7</sup>
	50 kcal; 2,2 g Fett; 6,1 g KH; 1,2 g Eiweiß	521 kcal; 32,8 g Fett; 35,6 g KH; 19,4 g Eiweiß	276 kcal; 7,9 g Fett; 39,9 g KH; 7,4 g Eiweiß	46 kcal; 0,2 g Fett; 9,9 g KH; 0,7 g Eiweiß
Fr. 03.07.	Karottencremesuppe <sup>g1, g, 43</sup>	Matjes Hausfrauen Art mit Soße <sup>a, a1, g1, c, d, g, j, l, 2, 3, 9</sup> Salzkartoffeln	Apfelring <sup>a, a1, g1, g</sup> Vanillesoße <sup>g1, g</sup>	Fruchtjoghurt
	110 kcal; 6,7 g Fett; 10,0 g KH; 1,8 g Eiweiß	618 kcal; 36,9 g Fett; 43,4 g KH; 24,9 g Eiweiß	386 kcal; 15,2 g Fett; 52,9 g KH; 7,6 g Eiweiß	129 kcal; 3,6 g Fett; 20,5 g KH; 3,6 g Eiweiß
Sa. 04.07.		Linseneintopf mit Kasseler <sup>l, 2, 3, 5, 43</sup> Bauernbrot <sup>a, a1, a2</sup>	Nudelsuppe <sup>a, a1, g1, c, g, 43</sup> Grießbrei mit Zimt	Fruchtcocktail <sup>1</sup>
		415 kcal; 10,3 g Fett; 54,4 g KH; 21,4 g Eiweiß	550 kcal; 6,8 g Fett; 106,8 g KH; 13,8 g Eiweiß	84 kcal; 0,2 g Fett; 18,4 g KH; 0,7 g Eiweiß
So. 05.07.	Festtagssuppe <sup>a, a1, g1, c, g, i</sup>	Sauerbraten mit Soße <sup>a, a1, 43</sup> Kartoffelkloß <sup>g1, g</sup> Apfelrotkohl <sup>31, g1, g, l, 2, 3</sup>	Nudelpfanne mit Champignons <sup>a, a1, g1, c, g</sup> Eisbergsalat Essig-Öl	Vanille-Joghurtcreme <sup>g1, g</sup>
	104 kcal; 6,9 g Fett; 8,2 g KH; 1,8 g Eiweiß	666 kcal; 37,3 g Fett; 48,8 g KH; 30,9 g Eiweiß	395 kcal; 16,8 g Fett; 46,8 g KH; 11,3 g Eiweiß	189 kcal; 0,2 g Fett; 44,3 g KH; 2,6 g Eiweiß