



## Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

21.09.2026 bis 27.09.2026, 39. Kalenderwoche

| Tag           | Suppe                                                                                           | Menü 1                                                                                                                                                                                                  | Menü 2                                                                                                                                                                 | Dessert MMD/Tagespflege                                                                    |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mo.<br>21.09. | Bärlauchcremesuppe <sup>43</sup><br><br>88 kcal; 4,6 g Fett; 9,6 g KH; 1,5 g Eiweiß             | Putenschnitzel <sup>a, a1</sup><br>Currysoße <sup>43</sup><br>Butterreis <sup>g1, g, 43</sup><br>Sellerie-Karottengemüse <sup>g1, g, i, 43</sup><br><br>700 kcal; 38,0 g Fett; 56,6 g KH; 31,2 g Eiweiß | Broccoli mit Bechamel u. Käse überbacken <sup>g1, g, 43</sup><br>Kräutersoße <sup>1, 43</sup><br>Salzkartoffeln<br><br>431 kcal; 16,0 g Fett; 48,4 g KH; 17,6 g Eiweiß | Wackelpudding <sup>1</sup><br><br>0 kcal; 0,0 g Fett; 0,0 g KH; 0,0 g Eiweiß               |
| Di.<br>22.09. | Klare Gemüsesuppe <sup>g1, g, 43</sup><br><br>38 kcal; 2,4 g Fett; 2,5 g KH; 0,9 g Eiweiß       | Spiralnudeln mit Blattspinat und Sahne <sup>a, a1, g1, g, 42, 43</sup><br>Tomatensalat <sup>l, 3, 5</sup><br><br>484 kcal; 22,0 g Fett; 53,5 g KH; 16,2 g Eiweiß                                        | Omeletten mit Quark <sup>a, a1, g1, c, g</sup><br>kalte Fruchtsoße <sup>1</sup><br><br>373 kcal; 7,1 g Fett; 61,7 g KH; 12,5 g Eiweiß                                  | Banane<br><br>135 kcal; 0,3 g Fett; 30,0 g KH; 1,7 g Eiweiß                                |
| Mi.<br>23.09. | Broccolicremesuppe <sup>43</sup><br><br>98 kcal; 5,6 g Fett; 8,1 g KH; 2,7 g Eiweiß             | Schweinegeschnetztes Gyros-Art <sup>a, a1, g1, g, 42, 43</sup><br>Gabelspagetti<br>Gurkensalat mit Joghurt <sup>43</sup><br><br>372 kcal; 11,2 g Fett; 41,0 g KH; 25,5 g Eiweiß                         | Risotto <sup>g, 43</sup><br>Pilzpfanne <sup>3</sup><br>Gurkensalat mit Joghurt <sup>43</sup><br><br>322 kcal; 14,3 g Fett; 34,3 g KH; 11,9 g Eiweiß                    | Aprikosenquark <sup>g1, g</sup><br><br>118 kcal; 3,5 g Fett; 12,1 g KH; 9,1 g Eiweiß       |
| Do.<br>24.09. | Grießsuppe <sup>g1, g, i, 43</sup><br><br>50 kcal; 2,2 g Fett; 6,2 g KH; 1,1 g Eiweiß           | Fleischküchle <sup>a, a1, c, 43</sup><br>Kartoffelsalat mit Majonäse <sup>a, a1, g1, c, g, j, 9, 43</sup><br>Chinakohl <sup>g1, g, 43</sup><br><br>521 kcal; 32,8 g Fett; 35,6 g KH; 19,4 g Eiweiß      | Gemüsefrikassee mit Rahmsoße <sup>g1, g, 43</sup><br>Salzkartoffeln<br><br>276 kcal; 7,9 g Fett; 40,0 g KH; 7,4 g Eiweiß                                               | Wassermelone <sup>7</sup><br><br>46 kcal; 0,2 g Fett; 9,9 g KH; 0,7 g Eiweiß               |
| Fr.<br>25.09. | Karottencremesuppe <sup>g1, g, 43</sup><br><br>111 kcal; 6,7 g Fett; 10,1 g KH; 1,8 g Eiweiß    | Matjes Hausfrauen Art mit Soße <sup>a, a1, g1, c, d, g, j, l, 2, 3, 9</sup><br>Salzkartoffeln<br><br>618 kcal; 36,8 g Fett; 43,4 g KH; 24,9 g Eiweiß                                                    | Apfelring <sup>a, a1, g1, g, 43</sup><br>Vanillesoße <sup>g1, g</sup><br><br>386 kcal; 15,2 g Fett; 52,9 g KH; 7,6 g Eiweiß                                            | Fruchtjoghurt<br><br>129 kcal; 3,6 g Fett; 20,5 g KH; 3,6 g Eiweiß                         |
| Sa.<br>26.09. |                                                                                                 | Linseneintopf mit Kasseler <sup>l, 2, 3, 5, 43</sup><br>Bauernbrot <sup>a, a1, a2, 43</sup><br><br>415 kcal; 10,3 g Fett; 54,4 g KH; 21,4 g Eiweiß                                                      | Nudelsuppe <sup>a, a1, g1, c, g, 43</sup><br>Grießbrei mit Zimt<br><br>550 kcal; 6,8 g Fett; 106,9 g KH; 13,8 g Eiweiß                                                 | Fruchtcocktail <sup>1</sup><br><br>84 kcal; 0,2 g Fett; 18,4 g KH; 0,7 g Eiweiß            |
| So.<br>27.09. | Festtagssuppe <sup>a, a1, g1, c, g, i</sup><br><br>105 kcal; 6,9 g Fett; 8,2 g KH; 1,8 g Eiweiß | Sauerbraten mit Soße <sup>a, a1, 43</sup><br>Kartoffelkloß <sup>g1, g</sup><br>Apfelrotkohl <sup>31, g1, g, l, 2, 3</sup><br><br>666 kcal; 37,3 g Fett; 48,8 g KH; 30,9 g Eiweiß                        | Nudelpfanne mit Champignons <sup>a, a1, g1, c, g</sup><br>Eisbergsalat<br>Essig-Öl<br><br>395 kcal; 16,8 g Fett; 46,8 g KH; 11,3 g Eiweiß                              | Vanille-Joghurtcreme <sup>g1, g</sup><br><br>225 kcal; 2,3 g Fett; 46,7 g KH; 4,5 g Eiweiß |