



Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

08.12.2025 bis 14.12.2025, 50. Kalenderwoche

| Tag | Suppe | Menü 1 | Menü 2 | Dessert MMD/Tagespflege |
|---------------|---|--|---|---|
| Mo. 08.12. | Mediterrane Gemüse- secremesuppe ^{1, 43} 81 kcal; 3,8 g Fett; 9,0 g KH; 2,0 g Eiweiß | Königsberger Klopse ^{31, l, 2, 1, 41, 43} Butterreis ^{g1, g, 43} Rote Beete Salat ^{j, l, 3, 9, 7} 345 kcal; 17,8 g Fett; 39,2 g KH; 4,8 g Eiweiß | Broccoli mit Bechamel u. Käse überbacken ^{g1, g, 1, 43} Salzkartoffeln 347 kcal; 10,7 g Fett; 41,0 g KH; 16,3 g Eiweiß | Apfel ⁷ 82 kcal; 0,1 g Fett; 19,4 g KH; 0,5 g Eiweiß |
| Di. 09.12. | Frühlingssuppe ^{a, a1, g1, c, g, i, 43} 0 kcal; 0,0 g Fett; 0,0 g KH; 0,0 g Eiweiß | Rahmspinat ^{g1, g, 43} Rührei ^{g1, g} Salzkartoffeln 478 kcal; 24,1 g Fett; 42,0 g KH; 19,1 g Eiweiß | Grießquarkauflauf ^{g1, g} Vanillesoße ^{g1, g, 1} 255 kcal; 6,9 g Fett; 27,6 g KH; 20,1 g Eiweiß | Banane 135 kcal; 0,3 g Fett; 30,0 g KH; 1,7 g Eiweiß |
| Mi. 10.12. | Hokkaido- Kürbis- cremesuppe ^{1, 43} 131 kcal; 8,9 g Fett; 9,8 g KH; 2,5 g Eiweiß | Schinkennudeln ^{a, a1, g1, c, g, 43} Tomatensoße Chinakohl Sauerrahm Dressing ^{g1, g, l, 3} 496 kcal; 20,7 g Fett; 57,4 g KH; 17,4 g Eiweiß | Pilzpfanne ³ Kartoffelnudeln ^{a, a1, c} Chinakohl Sauerrahm Dressing ^{g1, g, l, 3} 551 kcal; 27,3 g Fett; 59,2 g KH; 13,3 g Eiweiß | Schokopudding mit Sahne 123 kcal; 3,5 g Fett; 20,5 g KH; 1,9 g Eiweiß |
| Do. 11.12. | Nudelsuppe ^{a, a1, g1, c, g, 43} 57 kcal; 2,4 g Fett; 7,3 g KH; 1,4 g Eiweiß | Putenrollbraten mit Soße ^{1, 43} Spätzle ¹ Rosenkohl ^{g1, g, 43} 625 kcal; 21,4 g Fett; 59,5 g KH; 44,5 g Eiweiß | Gemüsestrudel ^{a, a1, g1, c, g, i} Kräutersoße ^{1, 43} Karottensalat ⁴³ 463 kcal; 19,1 g Fett; 58,2 g KH; 10,6 g Eiweiß | Mandarine ⁷ 32 kcal; 0,2 g Fett; 6,3 g KH; 0,5 g Eiweiß |
| Fr. 12.12. | Blumenkohlcreme- suppe ^{1, 43} 80 kcal; 4,0 g Fett; 8,0 g KH; 2,5 g Eiweiß | Fischfilet Bordelaise ^{a, a1, d} Salzkartoffeln Rahmgemüse ^{g1, g, 43} 537 kcal; 21,5 g Fett; 48,3 g KH; 33,3 g Eiweiß | Semmelschmarrn mit Zimt ^{a, a1, g1, g} Kirschkompott ¹ 702 kcal; 23,3 g Fett; 98,3 g KH; 23,2 g Eiweiß | Aprikosenquark ^{g1, g} 118 kcal; 3,6 g Fett; 12,1 g KH; 9,1 g Eiweiß |
| Sa. 13.12. | | Kartoffelgulasch mit Hack- fleisch ⁴³ Bauernbrot ^{a, a1, a2} 344 kcal; 12,6 g Fett; 37,9 g KH; 17,2 g Eiweiß | Klare Gemüsesuppe ^{g1, g, 43} Grießbrei mit Zimt 531 kcal; 6,8 g Fett; 101,9 g KH; 13,4 g Eiweiß | Pflaumenkompott ³ 86 kcal; 0,1 g Fett; 19,9 g KH; 0,4 g Eiweiß |
| So. 14.12. | Grießklößchensuppe ^{a, a1, g1, c, g, 43} 151 kcal; 6,7 g Fett; 18,1 g KH; 4,3 g Eiweiß | Schweinebraten ⁴³ Kartoffelkloß ^{g1, g} Sauerkraut ^{g1, g, 2, 3, 4, 8, 43} 231 kcal; 7,2 g Fett; 32,2 g KH; 6,7 g Eiweiß | Kartoffelaufbau mit Käse über- backen ^{g1, g, 1, 43} bunter Salat mit Essig-Öl 450 kcal; 21,2 g Fett; 46,9 g KH; 15,6 g Eiweiß | Vanille-Joghurtcreme ^{g1, g} 229 kcal; 2,3 g Fett; 47,4 g KH; 4,7 g Eiweiß |