



Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

29.12.2025 bis 04.01.2026, 1. Kalenderwoche

Tag	Suppe	Menü 1	Menü 2	Dessert MMD/Tagespflege
Mo. 29.12.	Mediterrane Gemü- secremesuppe ^{1, 43} 81 kcal; 3,8 g Fett; 9,0 g KH; 2,0 g Eiweiß	Hühnerfrikassee mit Erbsen un- d Schwarzwurzel ^{g1, g, 1, 43} Butterreis ^{g1, g, 43} 356 kcal; 13,7 g Fett; 35,3 g KH; 21,3 g Eiweiß	Kartoffeltasche ^{g1, g} Tomatensoße Chinakohl Sauerrahm 461 kcal; 29,3 g Fett; 39,5 g KH; 7,2 g Eiweiß	Sahnejoghurt 164 kcal; 7,6 g Fett; 21,3 g KH; 2,5 g Eiweiß
Di. 30.12.	Nudelsuppe ^{a, a1, g1, c, g, 43} 57 kcal; 2,4 g Fett; 7,3 g KH; 1,4 g Eiweiß	Kaiserschmarrn mit Puderzu- cker ^{a, a1, g1, c, g} Apfelmus ³ 645 kcal; 40,3 g Fett; 57,1 g KH; 11,8 g Eiweiß	Käsespatzle ^{a, a1, g1, c, g, 43} Paprikasoße ^{1, 43} Gurkensalat mit Essig Öl Dres- sing 517 kcal; 20,1 g Fett; 63,7 g KH; 18,6 g Eiweiß	Banane 135 kcal; 0,3 g Fett; 30,0 g KH; 1,7 g Eiweiß
Mi. 31.12.	Zucchini-Frischkäse- cremesuppe ^{g1, g, 1, 43} 135 kcal; 10,3 g Fett; 7,0 g KH; 3,1 g Eiweiß	Schaschliktopf ^{2, 3, 11, 8, 43, 111} Butterreis ^{g1, g, 43} Chinakohl Sauerrahm 590 kcal; 25,4 g Fett; 58,7 g KH; 29,3 g Eiweiß	Rührei mit Paprika und Zwiebel ^{g1, g, 43} Salzkartoffeln Karottensalat ⁴³ 470 kcal; 24,7 g Fett; 39,9 g KH; 18,1 g Eiweiß	Mandarine ⁷ 32 kcal; 0,2 g Fett; 6,3 g KH; 0,5 g Eiweiß
Do. 01.01.	Festtagssuppe ^{a, a1, g1, c, g, i} 104 kcal; 6,9 g Fett; 8,2 g KH; 1,8 g Eiweiß	Kalbsrollbraten mit Bratensoße ^{i, 43} Spätzle ^{a, a1, c} Kaisergemüse ^{g1, g, 43} 609 kcal; 20,2 g Fett; 55,5 g KH; 49,3 g Eiweiß	Brokkoli Nuss Ecke ^{a, a1, a4, h, h1, h2} Kräutersoße ^{1, 43} Salzkartoffeln Chinakohl 530 kcal; 19,1 g Fett; 67,8 g KH; 15,4 g Eiweiß	Zitronenmousse ^{g1, g} 64 kcal; 1,5 g Fett; 11,9 g KH; 0,3 g Eiweiß
Fr. 02.01.	Champignoncreme- suppe ^{1, 43} 69 kcal; 3,3 g Fett; 7,2 g KH; 2,0 g Eiweiß	Kabeljaufilet ^{d, 7} Salzkartoffeln Pfannengemüse ¹ 480 kcal; 19,8 g Fett; 37,8 g KH; 33,1 g Eiweiß	Topfenstrudel ^{a, a1, g1, c, g} kalte Fruchtsoße ¹ 629 kcal; 31,7 g Fett; 65,3 g KH; 19,5 g Eiweiß	Kokosquark ^{g1, g} 172 kcal; 8,7 g Fett; 13,2 g KH; 10,0 g Eiweiß
Sa. 03.01.		Kartoffelsuppe mit Würstchen- würfel ^{g1, g, i, j, 2, 3, 8, 43} Bauernbrot ^{a, a1, a2} 379 kcal; 16,5 g Fett; 44,0 g KH; 11,3 g Eiweiß	Frühlingssuppe ^{a, a1, g1, c, g, i, 43} Milchreis mit Zimtzucker ^{g1, g} 379 kcal; 9,2 g Fett; 60,0 g KH; 13,0 g Eiweiß	Kirschkompott ¹ 42 kcal; 0,1 g Fett; 10,0 g KH; 0,3 g Eiweiß
So. 04.01.	Grießklößchensuppe ^{a, a1, g1, c, g, 43} 151 kcal; 6,7 g Fett; 18,1 g KH; 4,3 g Eiweiß	Rindergeschnetzeltes mit S- peck, Gurken ^{j, 2, 3, 4, 9, 1, 8, 43} Serviettkloß ^{a, a1, g1, g, 43} Rosenkohl ^{g1, g, 43} 536 kcal; 27,3 g Fett; 33,7 g KH; 36,0 g Eiweiß	Nudelpfanne mit Champignons ^{a, a1, g1, c, g} Eisbergsalat Essig-Öl 395 kcal; 16,8 g Fett; 46,8 g KH; 11,3 g Eiweiß	Obstsalat 69 kcal; 0,4 g Fett; 15,3 g KH; 0,7 g Eiweiß