



## Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

26.01.2026 bis 01.02.2026, 5. Kalenderwoche

Tag	Suppe	Menü 1	Menü 2	Dessert MMD/Tagespflege
Mo. 26.01.	Champignoncremesuppe <sup>1, 43</sup>	Putengeschnetzeltes mit Ananas <sup>43</sup> Butterreis <sup>g1, g, 43</sup> Kaisergemüse <sup>g1, g, 43</sup>	Gemüsebolognese <sup>i</sup> Gabelspaghetti Eisbergsalat Essig-Öl	Buttermilchdessert Frucht
		69 kcal; 3,3 g Fett; 7,2 g KH; 2,0 g Eiweiß	392 kcal; 13,7 g Fett; 39,5 g KH; 25,4 g Eiweiß	135 kcal; 5,9 g Fett; 16,9 g KH; 3,0 g Eiweiß
Di. 27.01.	Eierflockensuppe <sup>g1, g, 43</sup>	Zucchini-Kartoffelaufzettel <sup>g1, g</sup> Kräutersoße <sup>1, 43</sup> Eisbergsalat Senf Honig <sup>j</sup>	Apfelstrudel <sup>a, a1</sup> Vanillesoße <sup>g1, g, 1</sup>	Banane
		49 kcal; 3,7 g Fett; 1,6 g KH; 2,1 g Eiweiß	368 kcal; 16,3 g Fett; 42,8 g KH; 10,5 g Eiweiß	135 kcal; 0,3 g Fett; 30,0 g KH; 1,7 g Eiweiß
Mi. 28.01.	Kürbiscremesuppe <sup>1, 43</sup>	Spiralnußeln <sup>a, a1, c</sup> Bolognese <sup>43</sup> bunter Salat mit Essig-Öl <sup>l, 3, 1</sup>	Eier in Senfsoße <sup>c, j, 1</sup> Salzkartoffeln bunter Salat mit Essig-Öl <sup>l, 3, 1</sup>	Mandarine <sup>7</sup>
		94 kcal; 4,4 g Fett; 11,2 g KH; 2,0 g Eiweiß	678 kcal; 25,2 g Fett; 81,1 g KH; 28,1 g Eiweiß	32 kcal; 0,2 g Fett; 6,3 g KH; 0,5 g Eiweiß
Do. 29.01.	Klare Gemüsesuppe <sup>g1, g, 43</sup>	Blut- und Leberwürstchen <sup>3, 4, 9a</sup> Salzkartoffeln Sauerkraut <sup>g1, g, 2, 3, 4, 8, 43</sup>	Risotto mit Gemüse <sup>g, 1, 43</sup> Kräutersoße <sup>1, 43</sup>	Vanillepudding mit Sahne
		38 kcal; 2,4 g Fett; 2,4 g KH; 1,0 g Eiweiß	718 kcal; 50,6 g Fett; 34,2 g KH; 28,7 g Eiweiß	115 kcal; 3,4 g Fett; 19,3 g KH; 1,8 g Eiweiß
Fr. 30.01.	Tomatencremesuppe <sup>1</sup>	Gedünsteter Seelachs <sup>d, i</sup> Dillsoße <sup>g1, g, 1, 43</sup> Butterreis <sup>g1, g, 43</sup> Mischgemüse <sup>g1, g, 43</sup>	Hefeklößle Schokosoße <sup>g1, g, 1</sup>	Kokosquark <sup>g1, g</sup>
		85 kcal; 3,3 g Fett; 10,8 g KH; 2,1 g Eiweiß	418 kcal; 13,9 g Fett; 36,5 g KH; 35,0 g Eiweiß	172 kcal; 8,7 g Fett; 13,2 g KH; 10,0 g Eiweiß
Sa. 31.01.		Rehauer Schnitz <sup>g1, g, 4, 9a, 43</sup> Bauernbrot <sup>a, a1, a2</sup>	Frühlingssuppe <sup>a, a1, g1, c, g, i, 43</sup> Milchreis mit Zimtzucker <sup>g1, g</sup>	Fruchtcocktail <sup>1</sup>
		350 kcal; 15,6 g Fett; 35,8 g KH; 13,9 g Eiweiß	379 kcal; 9,2 g Fett; 60,0 g KH; 13,0 g Eiweiß	84 kcal; 0,2 g Fett; 18,4 g KH; 0,7 g Eiweiß
So. 01.02.	Flädlesuppe <sup>a, a1, g1, c, g, i, 43</sup>	Rinderzunge Rotweinsoße <sup>1, 43</sup> Kartoffelkloß <sup>g1, g</sup> Apfelrotkohl <sup>31, g1, g, l, 2, 3</sup>	Vegetarische gefüllte Paprika <sup>a, a1, i, j</sup> Tomatensoße Butterreis <sup>g1, g, 43</sup> Eisbergsalat	Rote Grütze hausge- macht <sup>g1, g, 1</sup>
		103 kcal; 6,1 g Fett; 9,9 g KH; 1,7 g Eiweiß	577 kcal; 28,9 g Fett; 48,6 g KH; 28,5 g Eiweiß	113 kcal; 3,5 g Fett; 18,2 g KH; 1,1 g Eiweiß