



# Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

09.03.2026 bis 15.03.2026, 11. Kalenderwoche

| Tag           | Suppe                                                                                                | Menü 1                                                                                                                                                                                              | Menü 2                                                                                                                                                                        | Dessert MMD/Tagespflege                                                              |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| Mo.<br>09.03. | Champignoncreme-<br>suppe <sup>43</sup><br><br>81 kcal; 4,6 g Fett; 7,2 g KH; 2,0 g Eiweiß           | Putengeschnetzeltes mit Ana-<br>nas <sup>43</sup><br>Butterreis <sup>g1, g, 43</sup><br>Kaisergemüse <sup>g1, g, 43</sup><br><br>392 kcal; 13,7 g Fett; 39,5 g KH; 25,4 g Eiweiß                    | Gemüsebolognese <sup>i</sup><br>Gabelspagetti<br>Eisbergsalat<br>Essig-Öl<br><br>351 kcal; 9,0 g Fett; 55,4 g KH; 8,8 g Eiweiß                                                | Buttermilchdessert<br>Frucht<br><br>135 kcal; 5,9 g Fett; 16,9 g KH;<br>3,0 g Eiweiß |
| Di.<br>10.03. | Eierflockensuppe <sup>g1, g, 43</sup><br><br>49 kcal; 3,7 g Fett; 1,6 g KH; 2,1 g Eiweiß             | Zucchini-Kartoffelauflauf <sup>g1, g</sup><br>Kräutersoße <sup>1, 43</sup><br>Eisbergsalat<br>Senf Honig <sup>j</sup><br><br>368 kcal; 16,3 g Fett; 42,8 g KH; 10,5 g Eiweiß                        | Apfelstrudel <sup>a, a1</sup><br>Vanillesoße <sup>g1, g, 1</sup><br><br>587 kcal; 26,7 g Fett; 75,7 g KH; 8,7 g Eiweiß                                                        | Banane<br><br>135 kcal; 0,3 g Fett; 30,0 g KH;<br>1,7 g Eiweiß                       |
| Mi.<br>11.03. | Kürbiscremesuppe <sup>43</sup><br><br>109 kcal; 6,0 g Fett; 11,2 g KH;<br>2,0 g Eiweiß               | Spiralnudeln <sup>a, a1, c</sup><br>Bolognese <sup>43</sup><br>bunter Salat mit Essig-Öl <sup>i, 3, 1</sup><br><br>678 kcal; 25,2 g Fett; 81,1 g KH; 28,1 g Eiweiß                                  | Eier in Senfsoße <sup>c, j</sup><br>Salzkartoffeln<br>bunter Salat mit Essig-Öl <sup>i, 3, 1</sup><br><br>366 kcal; 17,2 g Fett; 42,0 g KH; 7,4 g Eiweiß                      | Mandarine <sup>7</sup><br><br>32 kcal; 0,2 g Fett; 6,3 g KH; 0,5 g Eiweiß            |
| Do.<br>12.03. | Klare Gemüsesuppe <sup>g1, g, 43</sup><br><br>38 kcal; 2,4 g Fett; 2,4 g KH; 1,0 g Eiweiß            | Lebergeschnetzeltes "Berliner<br>Art" <sup>g1, g, 3, 43</sup><br>Kartoffelpüree <sup>g1, g, 3</sup><br>Karottensalat <sup>43</sup><br><br>429 kcal; 17,6 g Fett; 41,3 g KH; 23,3 g Eiweiß           | Risotto mit Gemüse <sup>g, 43</sup><br>Kräutersoße <sup>1, 43</sup><br><br>261 kcal; 9,0 g Fett; 35,6 g KH; 7,9 g Eiweiß                                                      | Vanillepudding mit<br>Sahne<br><br>115 kcal; 3,4 g Fett; 19,3 g KH;<br>1,8 g Eiweiß  |
| Fr.<br>13.03. | Tomatencremesuppe<br><br>99 kcal; 4,9 g Fett; 10,8 g KH;<br>2,1 g Eiweiß                             | Gedünsteter Seelachs <sup>d, i</sup><br>Dillsoße <sup>g1, g, 43</sup><br>Butterreis <sup>g1, g, 43</sup><br>Mischgemüse <sup>g1, g, 43</sup><br><br>438 kcal; 16,2 g Fett; 36,5 g KH; 35,0 g Eiweiß | Hefeklöße<br>Schokosoße <sup>g1, g, 1</sup><br><br>225 kcal; 3,5 g Fett; 42,0 g KH; 6,6 g Eiweiß                                                                              | Kokosquark <sup>g1, g</sup><br><br>172 kcal; 8,7 g Fett; 13,2 g KH;<br>10,0 g Eiweiß |
| Sa.<br>14.03. |                                                                                                      | Rehauer Schnitz <sup>g1, g, 4, 9a, 43</sup><br>Bauernbrot <sup>a, a1, a2</sup><br><br>350 kcal; 15,6 g Fett; 35,8 g KH; 13,9 g Eiweiß                                                               | Frühlingssuppe <sup>a, a1, g1, c, g, i, 43</sup><br>Milchreis mit Zimtzucker <sup>g1, g</sup><br><br>379 kcal; 9,2 g Fett; 60,0 g KH; 13,0 g Eiweiß                           | Fruchtcocktail <sup>1</sup><br><br>84 kcal; 0,2 g Fett; 18,4 g KH;<br>0,7 g Eiweiß   |
| So.<br>15.03. | Flädlesuppe <sup>a, a1, g1, c, g, i, 43</sup><br><br>103 kcal; 6,1 g Fett; 9,9 g KH;<br>1,7 g Eiweiß | Rinderbraten<br>Rotweinsoße <sup>43</sup><br>Kartoffelkloß <sup>g1, g</sup><br>Apfelrotkohl <sup>31, g1, g, i, 2, 3</sup><br><br>650 kcal; 38,7 g Fett; 43,4 g KH; 30,2 g Eiweiß                    | Vegetarische gefüllte Paprika <sup>a, a1, i, j</sup><br>Tomatensoße<br>Butterreis <sup>g1, g, 43</sup><br>Eisbergsalat<br><br>481 kcal; 22,6 g Fett; 50,7 g KH; 14,1 g Eiweiß | Rote Grütze<br><br>89 kcal; 0,3 g Fett; 19,0 g KH;<br>0,6 g Eiweiß                   |