



Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

16.03.2026 bis 22.03.2026, 12. Kalenderwoche

Tag	Suppe	Menü 1	Menü 2	Dessert MMD/Tagespflege
Mo. 16.03.	Hokkaido- Kürbis- cremesuppe ⁴³ 138 kcal; 9,7 g Fett; 9,8 g KH; 2,5 g Eiweiß	Putenschnitzel ^{a, a1} Currysoße ⁴³ Butterreis ^{g1, g, 43} Sellerie-Karottengemüse ^{g1, g, i, 43} 699 kcal; 38,0 g Fett; 56,4 g KH; 31,1 g Eiweiß	Broccoli mit Bechamel u. Käse überbacken ^{g1, g, 43} Kräutersoße ^{1, 43} Salzkartoffeln 430 kcal; 16,1 g Fett; 48,4 g KH; 17,6 g Eiweiß	Wackelpudding 78 kcal; 0,0 g Fett; 18,8 g KH; 0,0 g Eiweiß
Di. 17.03.	Klare Gemüsesuppe ^{g1, g, 43} 38 kcal; 2,4 g Fett; 2,4 g KH; 1,0 g Eiweiß	Spiralnudeln ^{a, a1, c} Käsesoße ^{g1, g, 43} Karottensalat ⁴³ 527 kcal; 13,5 g Fett; 80,9 g KH; 17,0 g Eiweiß	Omeletten mit Quark ^{a, a1, g1, c, g} Schokosoße ^{g1, g, 1} 316 kcal; 7,2 g Fett; 48,4 g KH; 12,4 g Eiweiß	Zimtquark ^{g1, g} 117 kcal; 4,3 g Fett; 9,7 g KH; 9,6 g Eiweiß
Mi. 18.03.	Broccolicremesuppe ⁴³ 98 kcal; 5,6 g Fett; 8,1 g KH; 2,7 g Eiweiß	Szegediner Gulasch mit Sauer- kraut ^{g1, g, 43} Salzkartoffeln Eisbergsalat 408 kcal; 19,7 g Fett; 34,7 g KH; 19,5 g Eiweiß	Risotto ^{g, 43} Pilzpfanne ³ Eisbergsalat 298 kcal; 12,8 g Fett; 32,4 g KH; 11,3 g Eiweiß	Banane 135 kcal; 0,3 g Fett; 30,0 g KH; 1,7 g Eiweiß
Do. 19.03.	Grießsuppe ^{g1, g, i, 43} 50 kcal; 2,2 g Fett; 6,1 g KH; 1,2 g Eiweiß	Fleischkäse ^{2, 3, 9a, 8} Bratkartoffeln ^{g1, g} Bratensoße ^{j, 43} Chinakohl ^{g1, g} 467 kcal; 25,2 g Fett; 36,8 g KH; 21,6 g Eiweiß	Gemüsefrikassee mit Rahmso- ße ^{g1, g, 43} Salzkartoffeln 276 kcal; 7,9 g Fett; 39,9 g KH; 7,4 g Eiweiß	Apfel ⁷ 82 kcal; 0,1 g Fett; 19,4 g KH; 0,5 g Eiweiß
Fr. 20.03.	Karottencremesuppe ^{g1, g, 43} 110 kcal; 6,7 g Fett; 10,0 g KH; 1,8 g Eiweiß	Kabeljaufilet ^{d, 7} Rahmwirsing ^{g1, g, 43} Salzkartoffeln 489 kcal; 21,3 g Fett; 37,2 g KH; 33,3 g Eiweiß	Gebackener Camembert, Prei- selbeeren ^{a, a1, g} bunter Salat mit Essig-Öl ^{l, 3, 1} 470 kcal; 26,8 g Fett; 40,4 g KH; 14,9 g Eiweiß	Fruchtjoghurt 129 kcal; 3,6 g Fett; 20,5 g KH; 3,6 g Eiweiß
Sa. 21.03.		Linseneintopf mit Kasseler ^{l, 2, 3, 5, 43} Bauernbrot ^{a, a1, a2} 415 kcal; 10,3 g Fett; 54,3 g KH; 21,4 g Eiweiß	Nudelsuppe ^{a, a1, g1, c, g, 43} Grießbrei mit Zimt 551 kcal; 6,7 g Fett; 106,8 g KH; 13,8 g Eiweiß	Pflaumenkompott ³ 86 kcal; 0,1 g Fett; 19,9 g KH; 0,4 g Eiweiß
So. 22.03.	Festtagssuppe ^{a, a1, g1, c, g, i} 104 kcal; 6,9 g Fett; 8,2 g KH; 1,8 g Eiweiß	Sauerbraten mit Soße ^{a, a1, 43} Kartoffelkloß ^{g1, g} Apfelrotkohl ^{31, g1, g, l, 2, 3} 645 kcal; 36,6 g Fett; 46,0 g KH; 30,3 g Eiweiß	Spätzlepfanne mit buntem Ge- müse ^{a, a1, c, 43} Rahmsoße ⁴³ Eisbergsalat 406 kcal; 16,4 g Fett; 52,4 g KH; 10,6 g Eiweiß	Vanille-Joghurtcreme ^{g1, g} 229 kcal; 2,3 g Fett; 47,4 g KH; 4,7 g Eiweiß