



## Speiseplan Diak. Sozialzentrum Rehau MMD

Wir wünschen guten Appetit!

06.02.2023 bis 12.02.2023, 6. Kalenderwoche

Tag	Suppe	Menü 1	Menü 2	Dessert MMD/Tagespflege
Mo. 06.02.	Frühlingsuppe <sup>a, a1, g1, c, g, i, 43</sup>	Königsberger Klopse <sup>31, a, a1, g1, c, g, i, 41, 43</sup> Butterreis <sup>g1, g, 43</sup> Rote Beete Salat <sup>i, l, 3, 9, 7</sup>	Grießquarkauflauf <sup>a, a1, g1, c, g</sup> Vanillesoße <sup>g1, g, 1</sup>	Apfel <sup>7</sup>
	0 kcal; 0,0 g Fett; 0,0 g KH; 0,0 g Eiweiß	371 kcal; 20,8 g Fett; 38,9 g KH; 4,8 g Eiweiß	254 kcal; 6,8 g Fett; 27,8 g KH; 19,6 g Eiweiß	82 kcal; 0,1 g Fett; 19,4 g KH; 0,5 g Eiweiß
Di. 07.02.	Grießsuppe <sup>a, a1, g1, g, i, 43</sup>	Schinkennudeln <sup>a, a1, g1, c, g, 2, 3, 8, 43</sup> Tomatensoße Chinakohl <sup>g1, g, l, 3</sup> Sauerrahm <sup>g1, g, l, 3</sup>	Pilzpfanne <sup>a, a1, g1, g, 3</sup> Kartoffelnudeln <sup>a, a1, c</sup> Chinakohl <sup>g1, g, l, 3</sup> Sauerrahm <sup>g1, g, l, 3</sup>	Banane
	50 kcal; 2,2 g Fett; 6,1 g KH; 1,2 g Eiweiß	493 kcal; 20,4 g Fett; 57,5 g KH; 17,5 g Eiweiß	627 kcal; 29,3 g Fett; 70,4 g KH; 15,5 g Eiweiß	203 kcal; 0,4 g Fett; 45,1 g KH; 2,6 g Eiweiß
Mi. 08.02.	Mediterrane Gemüse- secremesuppe <sup>a, a1, g1, g, 43</sup>	Rahmspinat <sup>a, a1, g1, g, 43</sup> Rührei <sup>g1, c, g</sup> Salzkartoffeln <sup>l, 3, 5</sup>	Broccoli mit Bechamel u. Käse überbacken <sup>a, a1, g1, g, 43</sup> Salzkartoffeln <sup>l, 3, 5</sup>	Schokopudding mit Sahne <sup>g1, g</sup>
	99 kcal; 5,9 g Fett; 9,2 g KH; 2,0 g Eiweiß	450 kcal; 22,6 g Fett; 39,9 g KH; 18,4 g Eiweiß	366 kcal; 12,9 g Fett; 41,0 g KH; 16,3 g Eiweiß	123 kcal; 3,5 g Fett; 20,5 g KH; 1,9 g Eiweiß
Do. 09.02.	Nudelsuppe <sup>a, a1, g1, c, g, i, 43</sup>	Putenrollbraten mit Soße <sup>a, a1, g1, g, i, 43</sup> Spätzle <sup>a, a1, c, 1</sup> Karottensalat <sup>l, 3, 43</sup>	Gemüsestrudel <sup>a, a1, g1, c, g, i</sup> Kräutersoße <sup>a, a1, g1, g, 43</sup> Karottensalat <sup>l, 3, 43</sup>	Wackelpudding <sup>1</sup>
	57 kcal; 2,4 g Fett; 7,3 g KH; 1,4 g Eiweiß	678 kcal; 27,3 g Fett; 63,4 g KH; 41,7 g Eiweiß	480 kcal; 21,1 g Fett; 58,1 g KH; 10,6 g Eiweiß	0 kcal; 0,0 g Fett; 0,0 g KH; 0,0 g Eiweiß
Fr. 10.02.	Sellerie-Kartoffelcre- mesuppe <sup>a, a1, g1, g, i, 43</sup>	Seelachsfilet gebacken <sup>a, a1, d</sup> Bayerischer Kartoffelsalat <sup>l, 3, 43</sup>	Semmelschmarrn mit Zimt <sup>a, a1, g1, c, g</sup>	Aprikosenquark <sup>g1, g</sup>
	81 kcal; 3,1 g Fett; 10,4 g KH; 2,0 g Eiweiß	1473 kcal; 11,8 g Fett; 197,8 g KH; 137,7 g Eiweiß	645 kcal; 21,6 g Fett; 88,7 g KH; 22,7 g Eiweiß	120 kcal; 3,6 g Fett; 12,0 g KH; 8,9 g Eiweiß
Sa. 11.02.		Kartoffelgulasch mit Hack- fleisch <sup>43</sup> Bauernbrot <sup>a, a1, a2</sup>	Klare Gemüsesuppe <sup>g1, g, i, 43</sup> Grießbrei mit Zimt <sup>a, a1, g1, g</sup>	Pflaumenkompott <sup>3</sup>
		320 kcal; 11,1 g Fett; 35,8 g KH; 17,0 g Eiweiß	531 kcal; 6,8 g Fett; 101,8 g KH; 13,3 g Eiweiß	86 kcal; 0,1 g Fett; 19,9 g KH; 0,4 g Eiweiß
So. 12.02.	Grießklößchensuppe <sup>g1, g, 43</sup>	Rinderbraten Meerrettichsoße <sup>a, a1, g1, g, l, 3, 43</sup> Kartoffelkloß <sup>a, a1, g1, g</sup> Rahmwirsing <sup>a, a1, g1, g, 43</sup>	Kartoffelaufwurf mit Käse über- backen <sup>a, a1, g1, g, 43</sup> bunter Salat mit Essig-Öl <sup>l, 3, 1</sup>	Sahnerolle Zitrone <sup>a, a1, g1, c, g</sup>
	47 kcal; 0,1 g Fett; 1,4 g KH; 0,3 g Eiweiß	812 kcal; 52,9 g Fett; 48,8 g KH; 33,3 g Eiweiß	475 kcal; 24,2 g Fett; 46,7 g KH; 15,6 g Eiweiß	114 kcal; 5,9 g Fett; 12,2 g KH; 2,2 g Eiweiß