

Speiseplan

von Montag, 31.03.2025 KW 14

bis Sonntag, 06.04.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Jägerschnitte  ,1,10,1a,K,Ph Tomatensoße  Vollkornspaghetti- Nudeln  ,1,1a	Hähnchengeschnetzeltes  1,1a,6,9,A grüne Erbsen  Vollkornreis 	Szegediner Gulasch  ,10 Salzkartoffeln 	Lauch-Karottentopf mit Fleischklößchen  ,3	Frische Topfwurst  ,1,10,1a,7,9,A,K,Ph Sauerkraut  Salzkartoffeln 	Matjeshappen Hausfrauen Art  1,10,1a,3,4,7,F,K,Su Salzkartoffeln 	Hackbraten vom Schwein  ,1,10,1a,3,Ph Majoransoße  ,10 grüne Bohnen  Kartoffelpüree  ,7,A
	<i>kcal: 642,2, Fett: 34,9 g, KH: 58,9 g, EW: 20,3 g</i>	<i>kcal: 393,4, Fett: 7,7 g, KH: 49,6 g, EW: 27,9 g</i>	<i>kcal: 334,9, Fett: 10,1 g, KH: 29,9 g, EW: 29,0 g</i>	<i>kcal: 247,4, Fett: 11,2 g, KH: 26,4 g, EW: 7,1 g</i>	<i>kcal: 526,2, Fett: 29,3 g, KH: 38,9 g, EW: 24,2 g</i>	<i>kcal: 429,6, Fett: 28,3 g, KH: 28,4 g, EW: 13,4 g</i>	<i>kcal: 427,1, Fett: 27,5 g, KH: 20,6 g, EW: 13,5 g</i>
Menü 2	Gebackener Kürbis mit Kruste  ,8,8d Spinat mit Kokosmilch  Arabisches Reis mit Rote Linsen  ,11	Hirse-Linsenköfta  geschmorter .Wirsing mit Räuchertofu  ,1,11,1a,6,9 Kräuter- Kartoffeln 	Ebly-Weizen Pilaf  ,1,1a,8,8a,9 Cremiges Zucchini Daal  ,9,A,K Gebackene Drillinge mit Petersilie 	Vollkorn Couscous- Rote-Linsen- Gemüsesuppe  ,1,1a,9  Brokkoli gebratener roter Chicoree  Sesamdip  ,11,8,8a,8d	Kurkuma-Daal  ,9,A,K Blumenkohl mit Kokos-Saaten- Kruste  ,8,8a Basmatireis Vollkorn 	Kürbistaler Cashewkerne und Sultaninen  ,8,8a,8d Karotten- Linsensauce  ,A,K Gewürz-Vollkorn- Couscous  ,1,1a	Ayurveda Sahnelinsen mit Lauchstreifen  ,1,1d,9 Mediterranes Gemüse  Dinkel-VK- Spaghetti-Pasta mit Kräuterpesto 
	<i>kcal: 277,9, Fett: 9,5 g, KH: 35,9 g, EW: 9,3 g</i>	<i>kcal: 459,9, Fett: 21,4 g, KH: 47,9 g, EW: 15,4 g</i>	<i>kcal: 781,7, Fett: 18,1 g, KH: 129,2 g, EW: 21,1 g</i>	<i>kcal: 616,4, Fett: 18,6 g, KH: 73,6 g, EW: 23,8 g</i>	<i>kcal: 592,7, Fett: 17,0 g, KH: 87,9 g, EW: 17,0 g</i>	<i>kcal: 804,6, Fett: 16,9 g, KH: 114,2 g, EW: 31,6 g</i>	<i>kcal: 728,1, Fett: 23,9 g, KH: 83,2 g, EW: 30,0 g</i>
Menü 3	Gemüsegulasch  ,10,6 Hirtenkäse auf Wunsch  ,7 Vollkornspaghetti- Nudeln  ,1,1a	Wachsbrechbohnen topf mit Tofu  ,6,9	Vollkornreis- Gemüsepfanne  ,9 Tomatensoße  Hirtenkäse auf Wunsch  ,7	Polenta-Gemüse- Schnitte  ,8,8a,9,A,F Kürbis- Zitronensoße  ,6,A,K Möhrengemüse  Salzkartoffeln 	2 halbe Chicoree gratiniert  ,8,8a,A,F Kokos-Karotten- soße  ,6  Gemüse- vollkornreis  ,9	Gemüsetopf mit Vollkornreis und Tofu  ,6,9	Kokos-Karotten- soße  ,6  Brok- koli  Möhren  Gemüsecous- cous  ,1,1a,9
	<i>kcal: 435,0, Fett: 14,8 g, KH: 54,5 g, EW: 15,8 g</i>	<i>kcal: 179,0, Fett: 2,7 g, KH: 24,4 g, EW: 9,8 g</i>	<i>kcal: 443,4, Fett: 18,5 g, KH: 53,6 g, EW: 13,0 g</i>	<i>kcal: 488,8, Fett: 7,6 g, KH: 81,7 g, EW: 7,9 g</i>	<i>kcal: 303,2, Fett: 9,6 g, KH: 34,7 g, EW: 6,0 g</i>	<i>kcal: 352,6, Fett: 13,5 g, KH: 41,9 g, EW: 11,0 g</i>	<i>kcal: 476,6, Fett: 9,8 g, KH: 59,7 g, EW: 18,3 g</i>

Die Speisen werden mit Oliven- oder Rapsöl zubereitet. Kreuzkontaminationen können nicht ausgeschlossen werden. Änderungen vorbehalten.

Legende:  = Icon Vegan,  = Icon Vegetarisch,  = Icon Schwein, 1 = Glutenhaltiges Getreide, 10 = Senf und Senferzeugnisse, 11 = Sesam und Sesamerzeugnisse, 1a = Weizen, 1c = Gerste, 1d = Hafer, 3 = Eier und Eierzeugnisse, 4 = Fisch und Fischerzeugnisse, 6 = Soja und Sojaerzeugnisse, 7 = Milch und Milcherzeugnisse einschl. Laktose, 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse, 8a = Mandel, 8d = Cashewnüsse, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, F = mit Farbstoff, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat, Su = mit Süßungsmitteln, Su = mit Zuckerart(en) und

Immanuel Albertinen kocht ist ein Service der Immanuel Dienstleistungen GmbH . Am Kleinen Wannsee 5 A . 14109 Berlin . Tel. 030 805 05 – 850 . kocht@immanuel.de . kocht.immanuel.de IK