

Speiseplan

von Montag, 16.06.2025 KW 25
bis Sonntag, 22.06.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Wurstgulasch  ,10,A,K,Ph Spirelli-Nudeln  ,1,1a	Gedünsteter Seefisch ⁴ Kräutersoße  ⁶ Brokkoli  Kartoffelpüree  ,7,A,S	Wirsingkohlroulade mit Schweinehack  ,1,10,1a Kümmelsoße mit Weißkohl  Salzkartoffeln 	Seelachs in Backteig 1,10,1a,3,4 Kartoffel-Gurkensalat  ¹⁰	Pfannenfrikadelle  ,1,10,1a,3 Kohlrabi in Rahm  ⁶ Kartoffel-püree  ^{7,A,S}	Linseneintopf mit Kassler  ,9,A,K,Ph Wiener Scheiben  ,10,9,A,K,Ph	Schweineschnitzel  ,1,1a Bratensoße "Jäger Art"  Mischgemüse  Salzkartoffeln 
	kcal: 481,0, Fett: 22,1 g, KH: 50,9 g, EW: 18,7 g	kcal: 275,4, Fett: 8,0 g, KH: 14,7 g, EW: 23,4 g	kcal: 507,5, Fett: 29,0 g, KH: 34,8 g, EW: 17,2 g	kcal: 429,6, Fett: 18,0 g, KH: 47,2 g, EW: 17,4 g	kcal: 461,8, Fett: 26,8 g, KH: 29,5 g, EW: 19,4 g	kcal: 457,8, Fett: 19,6 g, KH: 39,5 g, EW: 25,3 g	kcal: 477,1, Fett: 16,9 g, KH: 43,1 g, EW: 24,6 g
Menü 2	Wurzelgemüse-Gelbe Erbsentopf  ,1,1a,9 Kürbis-Spinatpfanne  ,11,8,8d Rosmarin-Kartoffeln 	Mung Daal Kurkuma  ^{9,A,K} orientalisches Wirsinggemüse  ,11,8,8a,9 Vollkornreis 	gebratener Brokkoli  Marokkanische Gemüsetajine  ^{A,K} Couscous Vollkorn  ,1,1a	Gebratene grüne Bohnen  ^{1,11,1a,6} Süßkartoffel-Stampf  Kräuterhirse AY 	Zimtlinsen mit Kürbis  Rote Bete-Kokos-Gemüse  ^{A,K} Kartoffelecken 	Geschmorte Gurken mit Radicchio  ⁶ Mediterranes Gemüse  Vollkornreis-Risotto  ^F	Rote Bete Mung Daal  ^{A,K} Blumenkohl mit Saaten gratinier  ^{8,8a} Gelber Reis 
	kcal: 595,8, Fett: 30,5 g, KH: 60,0 g, EW: 17,3 g	kcal: 325,2, Fett: 15,8 g, KH: 34,3 g, EW: 7,7 g	kcal: 364,5, Fett: 7,5 g, KH: 54,1 g, EW: 8,2 g	kcal: 365,0, Fett: 11,2 g, KH: 50,4 g, EW: 11,1 g	kcal: 789,5, Fett: 40,7 g, KH: 78,2 g, EW: 21,1 g	kcal: 458,8, Fett: 19,4 g, KH: 62,1 g, EW: 7,9 g	kcal: 331,5, Fett: 12,3 g, KH: 40,5 g, EW: 11,4 g
Menü 3	Süßkartoffel-Kichererbsen-Kokos-Curry  ^{8,8d} Brokkoli  Vollkornreis 	Polenta-Gemüse-Schnitte  ^{8,8a,9,A,F} Schmorgurken-Gemüse  ⁶ Kräuter-Bulgur  ,1,1a	2 Grilltomaten  Tomaten-Fenchel-Gemüse  Kräuter-Quinoa 	Kürbis-Süßkartoffel-Topf  ⁹	gratinierte Tomaten Tofuschnitte  ,6,8,8a,A,F Kürbis-Zitronensoße  ^{6,A,K} Rote Bete Gemüse  Kräuterhirse 	Gemüsebolognese  ⁹ Vollkornspirelli-Nudeln  ^{1,1a}	Auberginen-Tomaten-Pfanne  Basilikumsoße  ⁶ Ofen Kürbis  Vollkornreis 
	kcal: 527,8, Fett: 16,2 g, KH: 74,6 g, EW: 15,0 g	kcal: 534,8, Fett: 8,8 g, KH: 97,4 g, EW: 11,2 g	kcal: 261,1, Fett: 5,7 g, KH: 41,3 g, EW: 8,9 g	kcal: 348,7, Fett: 9,0 g, KH: 51,2 g, EW: 15,0 g	kcal: 595,3, Fett: 24,3 g, KH: 48,7 g, EW: 23,2 g	kcal: 325,8, Fett: 7,6 g, KH: 51,2 g, EW: 10,7 g	kcal: 357,7, Fett: 8,4 g, KH: 46,7 g, EW: 8,6 g

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

Legende:  = Icon Vegan,  = Vegetarisch,  = Icon Schwein, 1 = Glutenhaltiges Getreide, 10 = Senf und Senferzeugnisse, 11 = Sesam und Sesamerzeugnisse, 1a = Weizen, 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, S = geschwefelt, S = Schwefeldioxide/Sulfite

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