

Speiseplan

von Montag, 07.07.2025 KW 28

bis Sonntag, 13.07.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Wiener Wurstgulasch  ,10,9,A,K,Ph Spirelli-Nudeln  ,1,1a	Falafelbällchen  ,1,1a Kichererbsen- Tomaten-Ragout Gemüse Couscous  ,1,1a,9	Geflügelfrikadelle 1,1a,3 Geflügel-soße 1,1a,3,6 Brokkoli  Spätzle  1,1a,3	Grüne Bohnentopf mit Rindfleisch ⁹	gefüllte Paprikaschote mit Schweinehack  ,1,1a,3,9 Paprikasoße  Reis 	gelbe Erbsen- topf  ⁹ Wiener Scheiben  ,10,9,A,K,Ph	Fleischkäse  ,A,K,Ph Bratensoße "Jäger Art"  Wachsbrechbohnen gemüse  Kartoffelpüree 
	kcal: 529,5, Fett: 26,3 g, KH: 52,4 g, EW: 18,3 g	kcal: 582,4, Fett: 17,9 g, KH: 77,6 g, EW: 20,7 g	kcal: 586,8, Fett: 26,2 g, KH: 57,1 g, EW: 28,3 g	kcal: 197,7, Fett: 4,7 g, KH: 24,5 g, EW: 14,6 g	kcal: 384,5, Fett: 15,9 g, KH: 41,2 g, EW: 17,3 g	kcal: 648,7, Fett: 34,3 g, KH: 54,1 g, EW: 24,5 g	kcal: 502,3, Fett: 34,6 g, KH: 18,2 g, EW: 16,4 g
Menü 2	2 Fleischklößchen  Kräutersoße  ⁶ Wurzelgemüse  ⁹ Salzkartoffeln 	Seelachs natur gedünstet ⁴ Dillsoße  ⁶ Möhrengemüse  Kartoffelpüree  ,7,A,S	Gemüsetopf m. Suppenklößchen  ^{3,9}	Putengeschnetzelte s ^{6,A} Gemüsevollkornreis  ⁹	Kokosmilchreis  ⁶ Zucker und Zimt  ^A Apfelmark  ^A	bunte Tortellini mit Spinat-Ricotta- füllung  ,1,1a,3,7 Frischkäse- Kräutersoße  ^{6,7}	Gemüseragout mit Spargel  ^{6,A} Salzkartoffeln 
	kcal: 382,5, Fett: 16,9 g, KH: 31,7 g, EW: 13,0 g	kcal: 258,4, Fett: 4,5 g, KH: 20,5 g, EW: 19,6 g	kcal: 313,7, Fett: 11,9 g, KH: 40,1 g, EW: 6,6 g	kcal: 290,0, Fett: 6,5 g, KH: 33,5 g, EW: 22,5 g	kcal: 852,4, Fett: 57,4 g, KH: 69,6 g, EW: 9,3 g	kcal: 706,9, Fett: 20,8 g, KH: 93,7 g, EW: 23,8 g	kcal: 187,8, Fett: 2,6 g, KH: 26,2 g, EW: 7,4 g
Menü 3	Gemüseragout  ^{6,9} Brokkoli  Vollkornspaghetti- Nudeln  ,1,1a	Wachsbrechbohnen topf mit Tofu  ^{6,9}	2 Grilltomaten  Tomaten-Fenchel- Gemüse  Kräuter-Quinoa 	Polenta-Gemüse- Schnitte  ,8,8a,9,A,F Möhrengemüse  Spinat-Tofu- Soße  ⁶ Gemüse- vollkornreis  ⁹	gratinierte Tomaten Tofuschnitte  ,6,8,8a,A,F Kürbis- Zitronensoße  ^{6,A,K} Rote Bete Gemüse  Kräuterhirse 	Vollkornreis- Gemüsepfanne  ⁹ Blumenkohl, Brokkoli, Möhren in Soße  ⁶	1/2 geb. Auberginen m. Tomatenfülle  Basilikumsoße  ⁶ Ofen Kürbis  Gemüse Couscous  ,1,1a,9
	kcal: 364,0, Fett: 9,5 g, KH: 45,0 g, EW: 14,0 g	kcal: 179,0, Fett: 2,7 g, KH: 24,4 g, EW: 9,8 g	kcal: 261,1, Fett: 5,7 g, KH: 41,3 g, EW: 8,9 g	kcal: 590,1, Fett: 12,8 g, KH: 86,6 g, EW: 14,8 g	kcal: 595,3, Fett: 24,3 g, KH: 48,7 g, EW: 23,2 g	kcal: 323,0, Fett: 8,9 g, KH: 47,5 g, EW: 8,8 g	kcal: 476,9, Fett: 7,8 g, KH: 71,6 g, EW: 15,7 g

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, 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, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, F = mit Farbstoff, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat, S = geschwefelt, S = Schwefeldioxid/Sulfite

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