

Speiseplan

von Montag, 21.07.2025 KW 30

bis Sonntag, 27.07.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Schweinegulasch  ,10,9,A,K Spirelli-Nudeln  1,1a	Wirsingkohleintopf Schinkenfleisch  ,9	Currywurst  ,10,A,K,Ph Curry-Paprikasoße  grüne Erbsen  Reis 	Hähnchenkeule gebraten Geflügelsoße 1,1a,3,6 Apfelrotkohl  Kartoffelpüree  7,A,S	Hackfleischroulade  ,1,10,1a Thymiansoße zum Braten  ,10 Mischgemüse  Kartoffelpüree 	Graupeneintopf mit Kassler  ,1,1c,9,A,K,Ph	Hackbraten vom Schwein  ,1,10,1a,3,Ph Zwiebelsoße  ,A,K grüne Bohnen  Salzkartoffeln 
	kcal: 448,9, Fett: 12,3 g, KH: 53,1 g, EW: 29,1 g	kcal: 282,9, Fett: 13,8 g, KH: 21,5 g, EW: 14,0 g	kcal: 595,0, Fett: 35,5 g, KH: 41,8 g, EW: 23,7 g	kcal: 647,2, Fett: 38,3 g, KH: 33,9 g, EW: 40,2 g	kcal: 381,3, Fett: 22,1 g, KH: 28,9 g, EW: 14,2 g	kcal: 320,9, Fett: 12,7 g, KH: 35,3 g, EW: 12,3 g	kcal: 481,3, Fett: 29,1 g, KH: 30,0 g, EW: 15,0 g
Menü 2	Polentagrießbrei ⁷ Sauerkirschsoße 	Seelachs gebraten 1,1a,4 Möhrengemüse in Rahm  ,6 Kartoffelpüree  7,A,S	Blumenkohl - Brokkoli - Kartoffelaufguss ^{3,7} Kräutersoße mit Gemüestreifen  6,9	Kräuterquark ⁷ Salzkartoffeln 	Wachsbrechbohnen topf mit Rindfleisch ⁹	2 gekochte Eier  ,3 Senfsoße ¹⁰ Wurzelgemüse  ,9 Salzkartoffeln 	2 Geflügelklößchen 1,1a,3,A Kräutersoße  ,6 Brokkoli  Kartoffelpüree  7,A,S
	kcal: 486,1, Fett: 22,1 g, KH: 56,8 g, EW: 14,5 g	kcal: 524,4, Fett: 24,9 g, KH: 46,2 g, EW: 20,8 g	kcal: 432,4, Fett: 25,3 g, KH: 25,2 g, EW: 10,6 g	kcal: 373,6, Fett: 18,8 g, KH: 29,0 g, EW: 20,6 g	kcal: 234,4, Fett: 4,5 g, KH: 29,2 g, EW: 14,2 g	kcal: 405,8, Fett: 19,4 g, KH: 35,0 g, EW: 19,2 g	kcal: 346,4, Fett: 13,0 g, KH: 21,5 g, EW: 23,2 g
Menü 3	Ayurveda Blumenkohl - Brokkoli - Möhrenpfanne  ,6 Kräuter-Quinoa 	Kürbis- Spinatpfanne  ,8,8d Blumenkohl, Brokkoli, Möhren  Vollkornreis 	2 Polenta- medaillons  Brokkoli  Tomaten-Fenchel- Gemüse  Tofuwürfel, auf Wunsch  ,11,6	Champignonpfanne  ,6 Salzkartoffeln 	gef.Zucchini mit Polenta-Gemüse  9 Tomatensoße  Vollkornreis 	Möhren-Hirsotto  ,5 Tomatensoße 	Gemüseragout  ,6,9 Ebly-Zartweizen  1,1a
	kcal: 303,4, Fett: 8,7 g, KH: 41,8 g, EW: 10,9 g	kcal: 349,5, Fett: 11,7 g, KH: 49,9 g, EW: 10,9 g	kcal: 406,2, Fett: 17,8 g, KH: 39,7 g, EW: 17,7 g	kcal: 218,0, Fett: 6,6 g, KH: 27,0 g, EW: 11,5 g	kcal: 411,9, Fett: 11,1 g, KH: 69,2 g, EW: 7,0 g	kcal: 616,4, Fett: 22,9 g, KH: 73,0 g, EW: 13,9 g	kcal: 291,5, Fett: 2,3 g, KH: 47,9 g, EW: 10,5 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, 11 = Sesam und Sesamerzeugnisse, 1a = Weizen, 1c = Gerste, 3 = Eier und Eierzeugnisse, 4 = Fisch und Fischerzeugnisse, 5 = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, 6 = Soja und Sojaerzeugnisse, 7 = Milch und Milcherzeugnisse einschl. Laktose, 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse, 8d = Cashewnüsse, 9 = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, A = mit Antioxidationsmittel, K = mit Konservierungsstoff, Ph = mit Phosphat, S = geschwefelt, S = Schwefeldioxide/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