

Speiseplan

von Montag, 01.09.2025 KW 36

bis Sonntag, 07.09.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Schweinegulasch  ,10,9,A,K	Seelachs gebraten 1,1a,4	Currywurst  ,10,A,K,Ph	Hähnchenkeule gebraten	Hackfleischroulade  ,1,10,1a	2 gekochte Eier  ,3 Senfsoße ¹⁰	Hackbraten vom Schwein  ,1,10,1a,3,Ph
	Spirelli-Nudeln  ,1,1a	Möhrengemüse in Rahm  ,6 Kartoffelpüree  ,7,A,S	Curry-Paprikasoße  grüne Erbsen  Reis 	Geflügelsoße ^{1,1a,3,6} Apfelrotkohl  Kartoffelpüree  ,7,A,S	Thymiansoße zum Braten  ,10 Mischgemüse  Kartoffelpüree  ,7,A,S	Wurzelgemüse  ,9 Salzkartoffeln 	Zwiebelsoße  ,A,K grüne Bohnen  Salzkartoffeln 
Menü 2	<i>kcal: 448,9, Fett: 12,3 g, KH: 53,1 g, EW: 29,1 g</i>	<i>kcal: 524,4, Fett: 24,9 g, KH: 46,2 g, EW: 20,8 g</i>	<i>kcal: 595,0, Fett: 35,5 g, KH: 41,8 g, EW: 23,7 g</i>	<i>kcal: 647,2, Fett: 38,3 g, KH: 33,9 g, EW: 40,2 g</i>	<i>kcal: 398,9, Fett: 23,7 g, KH: 29,7 g, EW: 14,2 g</i>	<i>kcal: 405,8, Fett: 19,4 g, KH: 35,0 g, EW: 19,2 g</i>	<i>kcal: 481,3, Fett: 29,1 g, KH: 30,0 g, EW: 15,0 g</i>
	Rote Linsen-Daal  ,9,A,K	Mung Daal Spinat- Kokos  ,A,K	Afrik.Zucch.Mais- Auberg.Pfa  ,5	Kartoffel-Lauch Daal  ,A,K	Rote Linsen Daal Karotte-Koriander  ,A,K	Rote Bete Mung Daal  ,A,K	Basilikumsoße  ,8,8d
Menü 3	Brokkoli  Chicoree mit Mango  Basmatireis Vollkorn 	2 Fenchelherzen mit Saatkruste  ,1,11,1a Bulgur  ,1,1a	Cashew-Spinat  ,1,1d,8,8d Basmatireis Vollkorn 	Wurzelgemüse aus dem Ofen  Ebly-Risotto  ,1,1a,F	Schmorgurken mit Dill  ,6 Masala Kartoffeln mit Wirsing 	Gebratener Radicchio  Gewürz-Vollkorn- Couscous  ,1,1a	Mediterranes Gemüse  Dinkel-VK- Spaghetti-Pasta 
	<i>kcal: 816,7, Fett: 9,5 g, KH: 131,9 g, EW: 41,2 g</i>	<i>kcal: 365,8, Fett: 16,8 g, KH: 38,8 g, EW: 10,7 g</i>	<i>kcal: 443,2, Fett: 21,4 g, KH: 48,6 g, EW: 12,3 g</i>	<i>kcal: 364,6, Fett: 10,0 g, KH: 55,4 g, EW: 10,1 g</i>	<i>kcal: 385,6, Fett: 21,4 g, KH: 37,9 g, EW: 6,4 g</i>	<i>kcal: 383,1, Fett: 12,3 g, KH: 53,1 g, EW: 3,7 g</i>	<i>kcal: 507,3, Fett: 13,5 g, KH: 79,3 g, EW: 7,4 g</i>
	Ayurveda Blumenkohl - Brokkoli - Möhrenpfanne  ,6 Kräuter-Quinoa  Tofuwürfel, auf Wunsch  ,11,6	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 Tomatensoße  ,5	Gemüseragout  ,6,9 Ebly-Zartweizen  ,1,1a Tofuwürfel, auf Wunsch  ,11,6
	<i>kcal: 402,0, Fett: 15,3 g, KH: 42,1 g, EW: 20,1 g</i>	<i>kcal: 349,5, Fett: 11,7 g, KH: 49,9 g, EW: 10,9 g</i>	<i>kcal: 406,2, Fett: 17,8 g, KH: 39,7 g, EW: 17,7 g</i>	<i>kcal: 218,0, Fett: 6,6 g, KH: 27,0 g, EW: 11,5 g</i>	<i>kcal: 411,9, Fett: 11,1 g, KH: 69,2 g, EW: 7,0 g</i>	<i>kcal: 616,4, Fett: 22,9 g, KH: 73,0 g, EW: 13,9 g</i>	<i>kcal: 390,1, Fett: 8,9 g, KH: 48,2 g, EW: 19,7 g</i>

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, 1d = Hafer, 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, F = mit Farbstoff, 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