



Speiseplan

von Montag, 23.02.2026 KW 9
bis Sonntag, 01.03.2026



Menü 1

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Bolognese Soße Vollkornspirelli - Nudeln 1,1a	Omelett 3,7 Rahmspinat 6,7 Kartoffelpüree 7,A,S	Hähnchenkeule gebraten Geflügelsoße 1,1a,3,6 Apfelrotkohl Salzkartoffeln	Blumenkohl - Brokkoli - Kartoffelaufauf 3,7 Kräutersoße mit Gemüwestreifen 6,9	Seelachs mit Gemüwestreifen 4,9 Kürbis-Zitronensoße 6,A,K Brokkoli Roter Thai Reis	Möhrentopf mit Hühnerfleisch	Hackfleischroulade 1,10,1a Thymiansoße zum Braten 10 grüne Bohnen Salzkartoffeln
kcal: 388,2, Fett: 11,2 g, KH: 43,4 g, EW: 25,4 g	kcal: 283,8, Fett: 15,0 g, KH: 20,4 g, EW: 14,5 g	kcal: 672,9, Fett: 37,3 g, KH: 41,9 g, EW: 40,7 g	kcal: 432,4, Fett: 28,1 g, KH: 31,0 g, EW: 10,6 g	kcal: 338,2, Fett: 7,0 g, KH: 33,8 g, EW: 32,0 g	kcal: 220,0, Fett: 7,2 g, KH: 26,8 g, EW: 11,6 g	kcal: 398,2, Fett: 21,6 g, KH: 33,8 g, EW: 14,4 g

Menü 2

Wurzelgemüse- Bohrentopf 9 Kürbis-Spinatpfanne 11,8,8d Rosmarin-Kartoffeln 	Mung Dal 9,A,K Wurzelgemüse mit Sesam 11,9 Roter Thai Reis	Möhrentopf mit Mung- Dal 9 gelbe Paprika Kräuter Couscous Vollkorn 1,1a	Mung Dal mit gebratenem Lauch Geb. grüne Bohnen mit Sesam und Kokos 1,11,1a,6 Süßkartoffel-Stampf 	Zimtlinsen mit Kürbis Rote Bete-Kokos- Gemüse A,K Roter Thai Reis	2 Fenchelherzen mit Saatkruste 11 Mediterranes Gemüse Roter Thai Reis	Rote Bete Dal A,K Karotten mit Mango Gewürz Reis
kcal: 438,0, Fett: 28,9 g, KH: 35,2 g, EW: 8,4 g	kcal: 245,1, Fett: 9,8 g, KH: 31,4 g, EW: 4,0 g	kcal: 131,6, Fett: 7,4 g, KH: 12,0 g, EW: 2,4 g	kcal: 288,7, Fett: 21,0 g, KH: 13,1 g, EW: 6,7 g	kcal: 429,3, Fett: 22,4 g, KH: 47,9 g, EW: 6,2 g	kcal: 163,5, Fett: 1,5 g, KH: 31,4 g, EW: 5,3 g	kcal: 280,6, Fett: 7,7 g, KH: 44,5 g, EW: 4,2 g

Menü 3

Graupeneintopf mit Liebstöckel 1,1c,9 Tofuwürfel, auf Wunsch 6	Gratinierter- Blumenkohl-Auflauf 6,8,8a,A,F Karottensoße 6 Hirtenkäse auf Wunsch 7	Sahnelinsen mit Gemüwestreifen 6,9 Kartoffelecken Hirtenkäse auf Wunsch 7	gratinierte Tomaten Tofuschnitte 6,8,8a,A,F Kürbis-Zitronensoße 6,A,K Möhrengemüse Kräuter Couscous Vollkorn 1,1a	Kürbis-Süßkartoffel- Topf 9	Gemüsebolognese 9 Vollkornspirelli- Nudeln 1,1a	Auberginen- Tomaten-Pfanne Basilikumsoße 6 Kräuterhirse Tofuwürfel, auf Wunsch 6
kcal: 390,1, Fett: 16,9 g, KH: 39,2 g, EW: 15,8 g	kcal: 393,7, Fett: 15,9 g, KH: 46,2 g, EW: 12,3 g	kcal: 592,9, Fett: 21,6 g, KH: 68,4 g, EW: 26,6 g	kcal: 390,7, Fett: 25,5 g, KH: 22,3 g, EW: 15,9 g	kcal: 299,3, Fett: 9,0 g, KH: 41,6 g, EW: 14,3 g	kcal: 325,0, Fett: 7,6 g, KH: 51,1 g, EW: 10,7 g	kcal: 438,4, Fett: 15,1 g, KH: 44,6 g, EW: 19,5 g

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

Legende: = Icon Vegetarisch = Icon Vegan, = 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, 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, 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