



# Speiseplan

von Montag, 25.05.2026 KW 22  
bis Sonntag, 31.05.2026



|                      | Montag  | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag   | Freitag   | Samstag   | Sonntag  |
|----------------------|---|---|---|--|---|---|--|
| <b>IK_Menü</b>       | Lamm-Gemüse-Gulasch <sup>9</sup><br>grüne Bohnen<br>2 Kartoffelklöße                        | Kohlroulade mit Schweinehack<br>Kümmelsoße mit Weißkohl<br>Salzkartoffeln   | Chili sin Carne mit Mais, Kidneybohnen und Paprika<br>Gemüsevollkornreis                                  | gratinierter Rosenkohl Auflauf<br>Kräutersoße  | Seelachs gebraten<br>Meerrettichsoße<br>Wurzelgemüse<br>Gemüsevollkornreis      | Grüne Bohnentopf mit frischen Kräutern<br>Wiener Scheiben                       | Schweineschnitzel<br>Soße zum Braten<br>grüne Erbsen<br>Salzkartoffeln                                       |
|                      | kcal: 436,3, Fett: 15,4 g, KH: 50,8 g, EW: 18,3 g   | kcal: 513,1, Fett: 29,8 g, KH: 38,5 g, EW: 18,9 g                           | kcal: 432,3, Fett: 7,1 g, KH: 64,8 g, EW: 21,5 g  | kcal: 415,0, Fett: 27,0 g, KH: 27,3 g, EW: 11,8 g  | kcal: 632,1, Fett: 30,2 g, KH: 62,8 g, EW: 22,7 g                               | kcal: 334,1, Fett: 17,3 g, KH: 24,9 g, EW: 13,5 g                               | kcal: 461,9, Fett: 14,7 g, KH: 52,0 g, EW: 26,7 g  |
| <b>IK_Vegan</b>      | Minestrone m. Bohnen<br>geb. Kürbis mit Kruste<br>Arabischer Reis mit Mungbohnen            | Hirse-Linsenköfta<br>afrikanisches Wurzelgemüseragout<br>Kräuter-Kartoffeln | Ebly-Weizen Pilaf<br>Cremiges Zucchini Dal<br>Geb.Drillinge mit Petersilie                                | VK Couscous<br>Mungdal-Gemüsesuppe<br>Karotte mit frischem Koriander<br>Süßkartoffel-Stampf    | Kurkuma-Dal<br>2 Fenchelherzen mit Saatkruste<br>Masala Kartoffeln mit Karotten | Karotten-Linsensauce<br>Rote Bete mit Sesamtahini<br>Gewürz-Vollkorn-Couscous   | Kräuterpesto<br>grüne Erbsen<br>Mediterranes Gemüse<br>Dinkel-VK-Spaghetti-Pasta                             |
|                      | kcal: 414,6, Fett: 21,6 g, KH: 44,6 g, EW: 8,0 g  | kcal: 436,7, Fett: 19,5 g, KH: 46,9 g, EW: 11,4 g                           | kcal: 769,8, Fett: 17,8 g, KH: 126,5 g, EW: 20,8 g  | kcal: 158,9, Fett: 8,9 g, KH: 14,1 g, EW: 2,8 g  | kcal: 376,7, Fett: 8,6 g, KH: 62,0 g, EW: 10,7 g                                | kcal: 256,6, Fett: 15,7 g, KH: 20,7 g, EW: 7,4 g                                | kcal: 421,6, Fett: 21,1 g, KH: 42,8 g, EW: 13,5 g  |
| <b>IK_Restaurant</b> | Süßkartoffel-Kichererbsen-Kokos-Curry<br>Brokkoli<br>Vollkornreis<br>Tofuwürfel, auf Wunsch | Bunter Nudelauflauf<br>Tomatensoße<br>Hirtenkäse auf Wunsch                 | 2 halbe Fenchelherzen<br>Mandel-Apfelsoße<br>Rote Bete Gemüse<br>Kartoffelecken<br>Tofuwürfel, auf Wunsch | 2 Rote Betemedallions<br>Basilikumsoße<br>Brokkoli<br>Salzkartoffeln<br>Tofuwürfel, auf Wunsch | Zimtlinsen mit Kürbis<br>Gewürz-Vollkorn-Couscous<br>Hirtenkäse auf Wunsch      | 2 Grilltomaten<br>Tomatensoße<br>Mediterranes Gemüse<br>Vollkornspirelli-Nudeln | Gemüse<br>Tofuschnitte<br>Kurkuma-Kräutersoße<br>Ofen Kürbis Gemüse<br>Kräuterhirse<br>Hirtenkäse auf Wunsch |
|                      | kcal: 571,6, Fett: 22,9 g, KH: 60,1 g, EW: 25,3 g   | kcal: 766,6, Fett: 45,3 g, KH: 47,1 g, EW: 39,4 g                           | kcal: 484,8, Fett: 19,4 g, KH: 54,7 g, EW: 19,2 g   | kcal: 610,1, Fett: 28,7 g, KH: 60,7 g, EW: 21,5 g  | kcal: 572,3, Fett: 35,9 g, KH: 39,7 g, EW: 21,2 g                               | kcal: 360,4, Fett: 8,9 g, KH: 54,7 g, EW: 12,2 g                                | kcal: 710,8, Fett: 38,1 g, KH: 54,2 g, EW: 29,7 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, 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 = Schwefeldioxyd/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](mailto:kocht@immanuel.de) .

[kocht.immanuel.de](http://kocht.immanuel.de)