



Speiseplan

von Montag, 17.08.2026 KW 34
bis Sonntag, 23.08.2026



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Menü 1	Gnocchi - Tomatenpfanne  ,1,1a,7 Tomatensoße 	Kohlroulade mit Schweinehack  ,1,10,1a,7 Kümmelsoße mit Weißkohl  Salzkartoffeln 	Chili sin Carne mit Mais, Kidneybohnen und Paprika Gemüsevollkornreis 	gratinierter Rosenkohl Auflauf  ,3,7,9 Kräutersoße 	Seelachs gebraten ,1,1a,4 Meerrettichsoße  ,6,A,5 Wurzelgemüse  Gemüsevollkornreis 	Grüne Bohnentopf mit frischen Kräutern  ,9 Wiener Scheiben  ,10,9,A,K,Ph	Schweineschnitzel  ,1,1a Soße zum Braten  grüne Erbsen  Salzkartoffeln 
	kcal: 457,9, Fett: 13,4 g, KH: 71,8 g, EW: 11,1 g	kcal: 513,1, Fett: 29,8 g, KH: 38,5 g, EW: 18,9 g	kcal: 429,9, Fett: 7,0 g, KH: 64,4 g, EW: 21,5 g	kcal: 415,0, Fett: 27,0 g, KH: 27,3 g, EW: 11,8 g	kcal: 630,5, Fett: 30,2 g, KH: 62,4 g, EW: 22,6 g	kcal: 332,6, Fett: 17,3 g, KH: 24,6 g, EW: 13,5 g	kcal: 461,9, Fett: 14,7 g, KH: 52,0 g, EW: 26,7 g
Menü 2	Minestrone mit Bohnen  ,9 geb.Kürbis m. Kruste  ,8,8d Arabischer Reis m. Mungbohnen  ,11	Hirse-Linsenköfta  afrikanisches Wurzelgemüse- ragout  ,8,8d,9 geb.roter Chicoree 	Ebly-Weizen Pilaf  ,1,1a,8,8a,9 Cremiges Zucchini Dal  ,9,A,K geb.Kürbis m. Kruste  ,8,8d	VK Cous.Mungdal- Gemüsesuppe  ,1,1a,9 Karotte mit frischem Koriander Süßkartoffel-Stampf 	Cashew-Spinat  ,6,8,8d Zucchini-Auberginen  Roter Thai Reis 	Karotten- Linsensauce  ,A,K Rote Bete mit Sesamtahini  ,11 Gewürz-Vollkorn- Couscous  ,1,1a	Kräuterpesto  grüne Erbsen  Mediterranes Gemüse  Dinkel-VK-Spaghetti- Pasta  ,1,1a
	kcal: 414,2, Fett: 21,6 g, KH: 44,5 g, EW: 8,0 g	kcal: 413,9, Fett: 21,5 g, KH: 36,4 g, EW: 11,8 g	kcal: 724,1, Fett: 18,8 g, KH: 116,6 g, EW: 20,6 g	kcal: 153,8, Fett: 8,8 g, KH: 13,1 g, EW: 2,8 g	kcal: 333,0, Fett: 18,0 g, KH: 32,1 g, EW: 7,2 g	kcal: 252,9, Fett: 15,6 g, KH: 20,0 g, EW: 7,4 g	kcal: 421,6, Fett: 21,1 g, KH: 42,8 g, EW: 13,5 g
Menü 3	Süßkartoffel- Kichererbsen-Kokos- Curry  ,8,8d Brokkoli  Vollkornreis  Tofuwürfel, auf Wunsch  ,6	Bunter Nudelaufauf  ,1,1a,3,7 Tomatensoße  Hirtenkäse auf Wunsch  ,7	Sahnelinsen mit Gemüsestreifen  ,6,9 Blumenkohl  Salzkartoffeln  Tofuwürfel, auf Wunsch  ,6	2 Rote Betemedailles  ,1,1a Basilikumsoße  ,6 Brokkoli  Salzkartoffeln  Tofuwürfel, auf Wunsch  ,6	Champignonpfanne  ,6 Kartoffelecken  Hirtenkäse auf Wunsch  ,7	2 Grilltomaten  Tomatensoße  Mediterranes Gemüse  Vollkornspirelli- Nudeln  ,1,1a	Gemüse Tofuschnitte  ,11,6,8,8a,9,A,F Kurkuma- Kräutersoße  ,6 Ofen Kürbis Gemüse Kräuterhirse  Hirtenkäse auf Wunsch  ,7
	kcal: 556,0, Fett: 22,5 g, KH: 59,4 g, EW: 23,5 g	kcal: 765,7, Fett: 45,3 g, KH: 46,9 g, EW: 39,4 g	kcal: 538,2, Fett: 18,1 g, KH: 59,2 g, EW: 29,4 g	kcal: 597,7, Fett: 28,4 g, KH: 60,6 g, EW: 19,7 g	kcal: 322,8, Fett: 16,4 g, KH: 25,9 g, EW: 16,7 g	kcal: 166,6, Fett: 7,4 g, KH: 18,3 g, EW: 4,2 g	kcal: 681,6, Fett: 37,1 g, KH: 52,6 g, EW: 27,5 g

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

Legende:  = Icon Vegetarisch  = Icon Veggie,  = 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 = Schwefeldioxide/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 .

kocht.immanuel.de