INSEL
Begegnungsstätte Diakonisches Werk Havelland e.V.

Speiseplan vom 26.10.2026 bis 01.11.2026

Tel.: 03385 5377-66

Bitte den kleinen Bestellzettel bis spätestens Donnerstag abgeben.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vollkost Menü 1	Kohlroulade A, A1, B1, B, J, 43 Schmorkohlsauce A, A1, 43 Kartoffeln 43 Buttermilchdessert B1, B, 43 620 kcal; 22 g Eiweiß; 31 g Fett; 45 g KH	Ungarischer Gulasch A, A1, 43, 95 Makkaroni A, A1, 43 Götterspeise 12 617 kcal; 33 g Eiweiß; 26 g Fett; 63 g KH	Rosenkohleintopf mit Kasselerfleisch A, A1, 1, 2, 43, 95 Apfelmus 2 413 kcal; 20 g Eiweiß; 14 g Fett; 37 g KH	Gepökeltes Eisbein 1, 2 Majoransauce A, A1, B1, B, 43, 95 Erbspüree 1, 2, 43, 95 Sauerkraut A, 1, 2, 43, 95 Obst 14, 43 1031 kcal; 89 g Eiweiß; 50 g Fett; 49 g KH	Gebratene Scholle A, A1, E, 43, 95 Dillrahmsauce A, A1, B1, B, 42, 43, 95 Kartoffeln 43 Zucchinigemüse A, A1, 43 Fruchtquark B1, B 706 kcal; 32 g Eiweiß; 22 g Fett; 76 g KH	Wirsingkohleintopf mit Schweinefleisch A, A1, B1, B, I, 43, 95 Vanillepudding B1, B, 12, 43 336 kcal; 15 g Eiweiß; 8 g Fett; 31 g KH	Sauerbraten I, J, 43, 95 Bratensauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffelklöße L, 2, 43 Apfelrotkohl 1, 2, 43 Aprikosenkompott 568 kcal; 24 g Eiweiß; 20 g Fett; 43 g KH
Leichte Vollkost Menü 2	Havelländer Bauerntopf mit Hühnerfleisch A, A1, B1, B, I, L, 2, 43, 95 Buttermilchdessert B1, B, 43 310 kcal; 17 g Eiweiß; 11 g Fett; 17 g KH	Gedünstetes Pangasiusfilet E, 43 Spreewäldersauce A, A1, B1, B, I, L, 2, 13, 43, 95 Petersilienkartoffel 43 Götterspeise 12 302 kcal; 23 g Eiweiß; 2 g Fett; 45 g KH	Hähnchenspieß 43 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Kaisergemüse B1, B, 43 Apfelmus 2 477 kcal; 35 g Eiweiß; 8 g Fett; 51 g KH	Gekochte Eier D, 43 Senfsauce A, A1, B1, B, J, 43 Kartoffeln 43 Rote Bete 5 Obst 14, 43 430 kcal; 20 g Eiweiß; 15 g Fett; 39 g KH	Geflügelfrikadelle A, A1, D, 43 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Fingermöhren B1, B, 43, 95 Fruchtquark B1, B 771 kcal; 37 g Eiweiß; 34 g Fett; 47 g KH	Gemüseeintopf mit Hühnerfleisch A, A1, I, 43 Vanillepudding B1, B, 12, 43 441 kcal; 20 g Eiweiß; 14 g Fett; 34 g KH	Hähnchenroulade "Broccoli" B1, B, 43 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Fitgemüse 43, 95 Aprikosenkompott 620 kcal; 35 g Eiweiß; 20 g Fett; 52 g KH
Vegetarische Kost Menü 3	Eierragout mit buntem Gemüse A, A1, B1, D, B, 43, 95 Kartoffeln 43 Buttermilchdessert B1, B, 43 473 kcal; 22 g Eiweiß; 15 g Fett; 43 g KH	Blumenkohl - Bratling A, A1, B1, D, B, 43, 95 Sauce Hollandaise A, B1, D, B, I, 43 Kartoffeln 43 Frühlingsgemüse B1, B, 43 Götterspeise 12 1141 kcal; 20 g Eiweiß; 85 g Fett; 70 g KH	Kaiserschmarrn A, A1, B1, D, B, 43 mit Vanillesauce B1, B, 43 Apfelmus 2 788 kcal; 22 g Eiweiß; 27 g Fett; 31 g KH	Mediterraner Gemüseeintopf I, 43, 95 Brötchen A, A1, G Obst 14, 43 460 kcal; 17 g Eiweiß; 4 g Fett; 84 g KH	Kartoffelrösti 2 Tomaten-Paprikagemüse A, A1, 43, 95 Fruchtquark B1, B 579 kcal; 18 g Eiweiß; 22 g Fett; 50 g KH	Pilzragout A, A1, B1, B, 43 Spätzle A, A1, D, 43, 95 Vanillepudding B1, B, 12, 43 525 kcal; 17 g Eiweiß; 16 g Fett; 12 g KH	Chinaschnitte A, A1, 43 Reis 43 Asiagemüse A, A1, G, I, J, 43 Aprikosenkompott 807 kcal; 32 g Eiweiß; 16 g Fett; 112 g KH
Dessert	Buttermilchdessert B1, B, 43 77 kcal; 2 g Eiweiß; 3 g Fett; 0 g KH	Götterspeise 12 0 kcal; 0 g Eiweiß; 0 g Fett; 0 g KH	Apfelmus 2 68 kcal; 1 g Eiweiß; 1 g Fett; 14 g KH	Obst 14, 43 29 kcal; 0 g Eiweiß; 0 g Fett; 6 g KH	Fruchtquark B1, B 183 kcal; 10 g Eiweiß; 8 g Fett; 0 g KH	Vanillepudding B1, B, 12, 43 108 kcal; 2 g Eiweiß; 5 g Fett; 0 g KH	Aprikosenkompott 64 kcal; 1 g Eiweiß; 0 g Fett; 0 g KH

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (5) mit Süßungsmitteln, (12) mit Farbstoff, (13) geschwefelt, (14) gewachst, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar, (43) enthält keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe, (95) frei von kennzeichnungspflichtigen Allergenen
Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (A1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (B1) Laktose, (D) Eier und -erzeugnisse, (E) Fisch und -erzeugnisse, (G) Soja und -erzeugnisse, (B) Milch und -erzeugnisse, (I) Sellerie und -erzeugnisse, (J) Senf und -erzeugnisse, (L) Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg)

Bei Fragen oder speziellen Wünschen erreichen Sie uns telefonisch unter: 03385 53 77 66

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!
Änderungen vorbehalten.

INSEL
Begegnungsstätte Diakonisches Werk Havelland e.V.

Speiseplan vom 02.11.2026 bis 08.11.2026

Tel.: 03385 5377- 66

Bitte den kleinen Bestellzettel bis spätestens Donnerstag abgeben.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vollkost Menü 1	Hähnchen Cordon bleu A, A1, A2, A3, A5, A6, A4, B1, B, 1, 43, 95 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 junge Erbsen B1, B, 43 Schoko - Pudding B1, B, 12, 43 738 kcal; 41 g Eiweiß; 29 g Fett; 61 g KH	Schweinerippchen 43, 95 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Sauerkraut A, 1, 2, 43, 95 Obst 14, 43 779 kcal; 42 g Eiweiß; 46 g Fett; 41 g KH	Ungarischer Kesselgulasch A, A1, B1, D, G, B, I, J, 43, 95 Panna Cotta B, 43 501 kcal; 33 g Eiweiß; 22 g Fett; 23 g KH	Gebratene Rinderleber A, A1, 43, 95 Zwiebelsauce A, A1, 43 Kartoffelpüree B1, B, 43 Apfelkompott 2 223 kcal; 3 g Eiweiß; 7 g Fett; 16 g KH	Matjestopf "Hausfrauen Art" B1, D, E, B, I, J, 1, 2, 3, 5, 12, 43 Kartoffeln 43 Tomatensalat 43, 95 Dessertcreme Erdbeere B1, B, 12, 42 771 kcal; 27 g Eiweiß; 42 g Fett; 69 g KH	Weißer Bohneneintopf mit Schweinefleisch I, L, 2, 43, 95 Bananenpudding B1, B, 9, 10, 12, 42 589 kcal; 37 g Eiweiß; 18 g Fett; 65 g KH	Schweinebraten 43, 95 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Leipziger Allerlei B1, B, 43 Mandarinen - Kompott 9, 43 655 kcal; 43 g Eiweiß; 23 g Fett; 54 g KH
Leichte Vollkost Menü 2	Kartoffelsuppe B1, B, I, 2, 3, 43, 95 mit Wiener Würstchen 1, 2, 16 Schoko - Pudding B1, B, 12, 43 449 kcal; 13 g Eiweiß; 29 g Fett; 13 g KH	Fischpfanne "Havelland" A, A1, E, 43, 95 Reis 43 Obst 14, 43 236 kcal; 30 g Eiweiß; 3 g Fett; 22 g KH	Hähnchenschenkel 43, 95 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Kaisergemüse B1, B, 43 Panna Cotta B, 43 779 kcal; 42 g Eiweiß; 42 g Fett; 38 g KH	Schweinegulasch A, A1, 43, 95 Kartoffeln 43 Schonkostgemüse B1, B, I, 43 Apfelkompott 2 564 kcal; 36 g Eiweiß; 13 g Fett; 52 g KH	Bolognese A, A1, I, 43, 95 Bunte Spiralnudeln A, A1, 43, 95 Dessertcreme Erdbeere B1, B, 12, 42 633 kcal; 34 g Eiweiß; 18 g Fett; 81 g KH	Gaisburger Marsch mit Hühnerfleisch A, A1, D, I, 2, 43, 95 Bananenpudding B1, B, 9, 10, 12, 42 495 kcal; 34 g Eiweiß; 10 g Fett; 46 g KH	Kaninchenbraten 43 Bratensauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Broccoli B1, B Mandarinen - Kompott 9, 43 455 kcal; 32 g Eiweiß; 10 g Fett; 53 g KH
Vegetarische Kost Menü 3	Zwei Spiegeleier D, 43 Kartoffeln 43 Rahmspinat A, A1, B1, B, 42, 43 Schoko - Pudding B1, B, 12, 43 498 kcal; 23 g Eiweiß; 20 g Fett; 35 g KH	Gefüllte Zucchini A, A1, B1, D, B, 12 fruchtige Tomatensauce A, A1, 43, 95 Kartoffeln 43 Obst 14, 43 437 kcal; 19 g Eiweiß; 11 g Fett; 59 g KH	Apfelstrudel A, A1, 43 mit Vanillesauce B1, B, 43 Panna Cotta B, 43 678 kcal; 12 g Eiweiß; 11 g Fett; 116 g KH	Eiomelett B1, D, B, 43 Kartoffeln 43 Rahmchampignon A, A1, B1, G, B, 12, 43, 95 Apfelkompott 2 447 kcal; 20 g Eiweiß; 13 g Fett; 38 g KH	Vegetarischer Linseneintopf mit vegetarischen Würstchen D, I, L, 2, 12, 43, 95 Dessertcreme Erdbeere B1, B, 12, 42 470 kcal; 18 g Eiweiß; 13 g Fett; 59 g KH	Quarkkeulchen A, A1, B1, D, B, 43 Pflaumensauce 12 Bananenpudding B1, B, 9, 10, 12, 42 498 kcal; 21 g Eiweiß; 8 g Fett; 73 g KH	Vegetarische Paprikaschote A, A1, I, J, 43 Paprikasauce A, A1, 43, 95 Kartoffeln 43 Mandarinen - Kompott 9, 43 466 kcal; 18 g Eiweiß; 10 g Fett; 57 g KH
Dessert	Schoko - Pudding B1, B, 12, 43 112 kcal; 3 g Eiweiß; 5 g Fett; 0 g KH	Obst 14, 43 29 kcal; 0 g Eiweiß; 0 g Fett; 6 g KH	Panna Cotta B, 43 107 kcal; 2 g Eiweiß; 5 g Fett; 0 g KH	Apfelkompott 2 80 kcal; 0 g Eiweiß; 0 g Fett; 0 g KH	Dessertcreme Erdbeere B1, B, 12, 42 134 kcal; 4 g Eiweiß; 4 g Fett; 21 g KH	Bananenpudding B1, B, 9, 10, 12, 42 75 kcal; 4 g Eiweiß; 2 g Fett; 11 g KH	Mandarinen - Kompott 9, 43 61 kcal; 1 g Eiweiß; 0 g Fett; 16 g KH

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (3) mit Geschmacksverstärker, (5) mit Süßungsmitteln, (9) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, (9) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln, (10) enthält eine Phenylalaninquelle, (12) mit Farbstoff, (14) gewachst, (16) mit Phosphat, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar, (43) enthält keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe, (95) frei von kennzeichnungspflichtigen Allergenen

Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (A1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (A2) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (A3) Kamut und Kamuterzeugnisse, (A5) Roggen und Roggenerzeugnisse, (A6) Gerste und Gersteerzeugnisse, (A4) Hafer und Hafererzeugnisse, (B1) Laktose, (D) Eier und -erzeugnisse, (E) Fisch und -erzeugnisse, (G) Soja und -erzeugnisse, (B) Milch und -erzeugnisse, (I) Sellerie und -erzeugnisse, (J) Senf und -erzeugnisse, (L) Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg)

Bei Fragen oder speziellen Wünschen erreichen Sie uns telefonisch unter: 03385 53 77 66

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten.

INSEL
Begegnungsstätte Diakonisches Werk Havelland e.V.

Speiseplan vom 09.11.2026 bis 15.11.2026

Tel.: 03385 5377- 66

Bitte den kleinen Bestellzettel bis spätestens Donnerstag abgeben.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vollkost Menü 1	Knacker G, H7, I, J, 1, 2, 48 Kartoffeln 43 Grünkohl A, A1, 1, 2, 43, 95 Fruchtjoghurt B1, B 653 kcal; 30 g Eiweiß; 38 g Fett; 39 g KH	Jägerschnitzel A, A1, B1, D, B, J, 1, 2, 43, 95 Tomatensauce A, A1, 43, 95 Spiralen A, A1, 43, 95 Obst 14, 43 711 kcal; 22 g Eiweiß; 30 g Fett; 79 g KH	Sülze 53, I, 39, 1, 2, 3, 12, 16 Remoulade B1, D, B, J, 2, 5, 43, 95 Bratkartoffeln mit Speck 1, 2, 43, 95 Vanillepudding B1, B, 12, 43 882 kcal; 24 g Eiweiß; 57 g Fett; 11 g KH	Frikadelle A, A1, A2, A3, A5, A6, A4, D, I, J Mischgemüse in Rahm A, A1, B, 43 Kartoffeln 43 Apfelmus 2 581 kcal; 25 g Eiweiß; 22 g Fett; 54 g KH	Fischfilet " Mediterran" A, A1, C, D, E, G, B, I, J, 43 Kartoffelrösti 2 Mexikanisches Pfannengemüse A, A1, B1, D, G, B, I, J, 43 Fruchtquark B1, B 585 kcal; 22 g Eiweiß; 22 g Fett; 54 g KH	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch A, A1, I, 43, 95 Schokocreme A, A1, A3, A5, B1, D, B, 43 385 kcal; 21 g Eiweiß; 19 g Fett; 12 g KH	Wildgulasch mit Champignons A, A1, B1, B, 43, 95 Prager Serviettenknödel A, A1, B1, D, B, 43 Ananaskompott 43 814 kcal; 37 g Eiweiß; 15 g Fett; 131 g KH
Leichte Vollkost Menü 2	Wachsbohnen - Eintopf mit Rindfleisch A, A1, B1, B, 43, 95 Fruchtjoghurt B1, B 228 kcal; 16 g Eiweiß; 14 g Fett; 6 g KH	Fischroulade "Julienne" E, B, I, 43 Dillsauce A, A1, B1, B, 42, 43, 95 Kartoffeln 43 Obst 14, 43 341 kcal; 30 g Eiweiß; 2 g Fett; 50 g KH	Hühnerfrikassee mit Spargel und Klößchen A, A1, D, 20, 43, 95 Reis 43 Vanillepudding B1, B, 12, 43 721 kcal; 45 g Eiweiß; 19 g Fett; 70 g KH	Putenbrustbraten 43, 95 Bratensauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Broccoli B1, B Apfelmus 2 458 kcal; 33 g Eiweiß; 8 g Fett; 54 g KH	Königsberger Klopse A, A1, D, G, B, I, J, 43 Kapernsauce A, A1, B1, B, 43, 95 Kartoffeln 43 Rote Bete 5 Fruchtquark B1, B 786 kcal; 27 g Eiweiß; 42 g Fett; 51 g KH	Brühnudeln mit Hühnerfleisch A, A1, B1, B, I, 2, 43 Schokocreme A, A1, A3, A5, B1, D, B, 43 547 kcal; 33 g Eiweiß; 21 g Fett; 32 g KH	Rinderbraten 43, 95 Bratensauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Gemüsemix "Tricolor" B1, B, 43 Ananaskompott 43 473 kcal; 28 g Eiweiß; 11 g Fett; 56 g KH
Vegetarische Kost Menü 3	Vegetarische Kochklopse A, A1, D, G, I, 43 Kapernsauce A, A1, B1, B, 43, 95 Kartoffeln 43 Rote Bete 5 Fruchtjoghurt B1, B 644 kcal; 31 g Eiweiß; 26 g Fett; 58 g KH	Gemüsebratling A, A1, I, 43 Kartoffeln 43 Ratatouille A, A1, B1, D, G, B, I, J, 43 Obst 14, 43 502 kcal; 12 g Eiweiß; 15 g Fett; 74 g KH	Maultaschen mit Gemüsefüllung A, A1, D, I, 43 fruchtige Tomatensauce A, A1, 43, 95 Vanillepudding B1, B, 12, 43 570 kcal; 19 g Eiweiß; 16 g Fett; 66 g KH	Blumenkohl "Polnische Art" A, A1, D, B, 43 Sauce Hollandaise A, B1, D, B, I, 43 Kartoffeln 43 Apfelmus 2 1071 kcal; 20 g Eiweiß; 84 g Fett; 57 g KH	Spinat-Lasagne A, A1, B1, D, G, B, I, 12 Käsesahnesauce A, A1, B1, B, 12, 42, 43 Fruchtquark B1, B 468 kcal; 18 g Eiweiß; 17 g Fett; 50 g KH	Hefeklöße A, A1, B1, D, B, 43 mit Heidelbeersauce 43, 95 Schokocreme A, A1, A3, A5, B1, D, B, 43 1282 kcal; 32 g Eiweiß; 26 g Fett; 190 g KH	Vegetarisches Geschnetzeltes mit Champignons A, A1, D, G, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Ananaskompott 43 545 kcal; 27 g Eiweiß; 16 g Fett; 68 g KH
Dessert	Fruchtjoghurt B1, B 0 kcal; 0 g Eiweiß; 0 g Fett; 0 g KH	Obst 14, 43 29 kcal; 0 g Eiweiß; 0 g Fett; 6 g KH	Vanillepudding B1, B, 12, 43 108 kcal; 2 g Eiweiß; 5 g Fett; 0 g KH	Apfelmus 2 68 kcal; 1 g Eiweiß; 1 g Fett; 14 g KH	Fruchtquark B1, B 106 kcal; 6 g Eiweiß; 4 g Fett; 0 g KH	Schokocreme A, A1, A3, A5, B1, D, B, 43 112 kcal; 3 g Eiweiß; 5 g Fett; 0 g KH	Ananaskompott 43 82 kcal; 1 g Eiweiß; 0 g Fett; 19 g KH

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (3) mit Geschmacksverstärker, (5) mit Süßungsmitteln, (12) mit Farbstoff, (14) gewachst, (16) mit Phosphat, (20) mit Eiklar, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar, (43) enthält keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe, (95) frei von kennzeichnungspflichtigen Allergenen, (48) Nitritpökelsalz

Enthält Allergene: (53) unter Verwendung von Alkohol, (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (A1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (A2) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (A3) Kamut und Kamuterzeugnisse, (A5) Roggen und Roggenerzeugnisse, (A6) Gerste und Gersteerzeugnisse, (A4) Hafer und Hafererzeugnisse, (B1) Laktose, (C) Krebstiere und -erzeugnisse, (D) Eier und -erzeugnisse, (E) Fisch und -erzeugnisse, (G) Soja und -erzeugnisse, (B) Milch und -erzeugnisse, (H7) Pistazien und Pistazienerzeugnisse, (I) Sellerie und -erzeugnisse, (J) Senf und -erzeugnisse, (39) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben

Bei Fragen oder speziellen Wünschen erreichen Sie uns telefonisch unter: 03385 53 77 66

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten.

INSEL
Begegnungsstätte Diakonisches Werk Havelland e.V.

Speiseplan vom 16.11.2026 bis 22.11.2026

Tel.: 03385 5377- 66

Bitte den kleinen Bestellzettel bis spätestens Donnerstag abgeben.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vollkost Menü 1	Rinder - Geschnetzeltes nach Art "Stroganoff" A, A1, B1, B, J, 5, 43, 95 Tagliatelle A, A1, 43, 95 Buttermilchdessert B1, B, 43 638 kcal; 33 g Eiweiß; 25 g Fett; 8 g KH	Steckrübeneintopf mit Schweinefleisch A, A1, 43 Schokocreme A, A1, A3, A5, B1, D, B, 43 456 kcal; 20 g Eiweiß; 23 g Fett; 22 g KH	Kammscheibe 43, 95 Letscho A, A1, 43, 95 Bratkartoffeln mit Speck 1, 2, 43, 95 Apfelmus 2 699 kcal; 38 g Eiweiß; 29 g Fett; 25 g KH	Bratwurst I, J, 16, 43, 95 Kartoffeln 43 Rahmporree A, A1, B1, B, 43, 95 Obst 14, 43 644 kcal; 24 g Eiweiß; 36 g Fett; 49 g KH	Paniertes Seelachsfilet A, A1, A6, E, 43 Senfsauce A, A1, B1, B, J, 43 Kartoffeln 43 Krautsalat 39, 2, 5, 9 Vanillepudding B1, B, 12, 43 482 kcal; 20 g Eiweiß; 16 g Fett; 44 g KH	Grüner Bohneneintopf mit Rindfleisch A, A1, 43 Grießpudding A, A1, B1, B, 12, 43 471 kcal; 24 g Eiweiß; 19 g Fett; 23 g KH	Krustenbraten 43, 95 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 junge Erbsen B1, B, 43 Pfirsichkompott 569 kcal; 37 g Eiweiß; 18 g Fett; 45 g KH
Leichte Vollkost Menü 2	Gedünstetes Fischfilet E, 43 Dillsauce A, A1, B1, B, 42, 43, 95 Kartoffeln 43 Buttermilchdessert B1, B, 43 387 kcal; 32 g Eiweiß; 5 g Fett; 41 g KH	Hähnchenbrust unpaniert 43 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffeln 43 Blumenkohl B1, B Schokocreme A, A1, A3, A5, B1, D, B, 43 489 kcal; 38 g Eiweiß; 11 g Fett; 37 g KH	Gekochtes Rindfleisch 43 Meerrettichsauce A, A1, B1, B, L, 2, 13, 43 Kartoffeln 43 Rote Bete 5 Apfelmus 2 484 kcal; 29 g Eiweiß; 13 g Fett; 53 g KH	Gemüseeintopf mit Hühnerfleisch A, A1, I, 43 Obst 14, 43 362 kcal; 18 g Eiweiß; 8 g Fett; 40 g KH	Geflügelleber - Gulasch mit Apfelwürfel A, A1, B1, B, 43, 95 Kartoffelpüree B1, B, 43 Vanillepudding B1, B, 12, 43 447 kcal; 62 g Eiweiß; 13 g Fett; 7 g KH	Kartoffelsuppe B1, B, I, 2, 3, 43, 95 mit Wiener Würstchen 1, 2, 16 Grießpudding A, A1, B1, B, 12, 43 453 kcal; 13 g Eiweiß; 29 g Fett; 13 g KH	Kalbsbraten I, 43, 95 Sauce A, A1, I, 43, 95 Kartoffelklöße L, 2, 43 Broccoli B1, B Pfirsichkompott 522 kcal; 37 g Eiweiß; 10 g Fett; 42 g KH
Vegetarische Kost Menü 3	Grießbrei A, A1, B1, B, 42, 43 mit Kirschsauce 12, 43, 95 Buttermilchdessert B1, B, 43 488 kcal; 18 g Eiweiß; 9 g Fett; 28 g KH	Bunter Nudelauflauf A, A1, B1, D, B, 43 fruchtige Tomatensauce A, A1, 43, 95 Schokocreme A, A1, A3, A5, B1, D, B, 43 809 kcal; 33 g Eiweiß; 28 g Fett; 85 g KH	Kartoffelpuffer mit Zucker A, A1, D, 39, 2, 43, 95 Apfelmus 2 295 kcal; 6 g Eiweiß; 5 g Fett; 52 g KH	Frühlingsrolle A, A1, D, G, 43 Thai Nudelpfanne A, A1, D, 43 Obst 14, 43 728 kcal; 26 g Eiweiß; 29 g Fett; 83 g KH	Möhreneintopf mit vegetarischen Suppenklößchen A, A1, D, 43 Vanillepudding B1, B, 12, 43 438 kcal; 9 g Eiweiß; 14 g Fett; 38 g KH	Gnocchi mit Frischkäsefüllung A, A1, A2, A3, A5, A6, A4, B1, D, B, 43 Ratatouille A, A1, B1, D, G, B, I, J, 43 Grießpudding A, A1, B1, B, 12, 43 418 kcal; 13 g Eiweiß; 10 g Fett; 51 g KH	Gebratenes Käseschnitzel A, A1, A4, B1, D, G, B, 1, 12, 43, 95 Kartoffeln 43 Schwarzwurzel in heller Sauce A, A1, 43, 95 Pfirsichkompott 585 kcal; 20 g Eiweiß; 18 g Fett; 59 g KH
Dessert	Buttermilchdessert B1, B, 43 77 kcal; 2 g Eiweiß; 3 g Fett; 0 g KH	Schokocreme A, A1, A3, A5, B1, D, B, 43 112 kcal; 3 g Eiweiß; 5 g Fett; 0 g KH	Apfelmus 2 68 kcal; 1 g Eiweiß; 1 g Fett; 14 g KH	Obst 14, 43 29 kcal; 0 g Eiweiß; 0 g Fett; 6 g KH	Vanillepudding B1, B, 12, 43 108 kcal; 2 g Eiweiß; 5 g Fett; 0 g KH	Grießpudding A, A1, B1, B, 12, 43 116 kcal; 3 g Eiweiß; 5 g Fett; 0 g KH	Pfirsichkompott 79 kcal; 1 g Eiweiß; 0 g Fett; 0 g KH

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (3) mit Geschmacksverstärker, (5) mit Süßungsmitteln, (9) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, (12) mit Farbstoff, (13) geschwefelt, (14) gewachst, (16) mit Phosphat, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar, (43) enthält keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe, (95) frei von kennzeichnungspflichtigen Allergenen

Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (A1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (A2) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (A3) Kamut und Kamuterzeugnisse, (A5) Roggen und Roggenerzeugnisse, (A6) Gerste und Gersteerzeugnisse, (A4) Hafer und Hafererzeugnisse, (B1) Laktose, (D) Eier und -erzeugnisse, (E) Fisch und -erzeugnisse, (G) Soja und -erzeugnisse, (B) Milch und -erzeugnisse, (I) Sellerie und -erzeugnisse, (J) Senf und -erzeugnisse, (39) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben, (L) Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg)

Bei Fragen oder speziellen Wünschen erreichen Sie uns telefonisch unter: 03385 53 77 66

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten.

INSEL
Begegnungsstätte Diakonisches Werk Havelland e.V.

Speiseplan vom 23.11.2026 bis 29.11.2026

Tel.: 03385 5377- 66

Bitte den kleinen Bestellzettel bis spätestens Donnerstag abgeben.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vollkost Menü 1	**Krautgulasch** 43, 95 **Kartoffeln** 43 **Karamellpudding** B1, B, 42, 43 578 kcal; 36 g Eiweiß; 21 g Fett; 59 g KH	**Schweineschnitzel** A, A1, 43, 95 **Rahmchampignon** A, A1, B1, G, B, 12, 43, 95 **Kartoffeln** 43 **Obst** 14, 43 501 kcal; 30 g Eiweiß; 12 g Fett; 62 g KH	**Gefüllte Paprikaschote** A, A1, B1, D, G, B, I, J **Paprikasauce** A, A1, 43, 95 **Kartoffeln** 43 **Dessertcreme Erdbeere** B1, B, 12, 42 628 kcal; 21 g Eiweiß; 28 g Fett; 62 g KH	**Kasselerbraten** 1, 2, 43, 95, 48 **Sauce** A, A1, I, 43, 95 **Kartoffeln** 43 **Sauerkraut** A, 1, 2, 43, 95 **Nougatdessert** B1, B, H, H2, 43 610 kcal; 29 g Eiweiß; 28 g Fett; 38 g KH	**Schlemmerfilet "Bordelaise"** A, A1, E, 12, 43 **Dillsauce** A, A1, B1, B, 42, 43, 95 **Kartoffeln** 43 **Krautsalat** 39, 2, 5, 9 **Fruchtjoghurt** B1, B 485 kcal; 28 g Eiweiß; 14 g Fett; 41 g KH	**Linseneintopf mit Knacker** G, H7, I, J, L, 1, 2, 43, 95, 48 **Milchpudding Butterkeks** A, A1, B1, D, G, B, H, 43 554 kcal; 31 g Eiweiß; 33 g Fett; 24 g KH	**Schweineroulade** A, A1, J, 1 **Bratensauce** A, A1, I, 43, 95 **Kartoffeln** 43 **Euromixgemüse** B1, B **Erdbeerkompott** 12, 43 539 kcal; 31 g Eiweiß; 18 g Fett; 38 g KH
Leichte Vollkost Menü 2	**Rührei** B1, D, B, 43 **Kartoffeln** 43 **Rahmspinat** A, A1, B1, B, 42, 43 **Karamellpudding** B1, B, 42, 43 583 kcal; 25 g Eiweiß; 23 g Fett; 59 g KH	**Gedünsteter Seelachs** E, 43 **Senfsauce** A, A1, B1, B, J, 43 **Kartoffeln** 43 **Rote Bete** 5 **Obst** 14, 43 380 kcal; 28 g Eiweiß; 7 g Fett; 39 g KH	**Graupeneintopf mit Hühnerfleisch** A, A6, I, 43 **Dessertcreme Erdbeere** B1, B, 12, 42 449 kcal; 21 g Eiweiß; 8 g Fett; 64 g KH	**Wurstgulasch LVK** A, A1, I, J, 1, 2, 12, 16, 43 **Spiralen** A, A1, 43, 95 **Nougatdessert** B1, B, H, H2, 43 667 kcal; 27 g Eiweiß; 28 g Fett; 57 g KH	**Puten - Geschnetzeltes mit Champignons** A, B1, B, 43, 95 **Spätzle** A, A1, D, 43, 95 **Fruchtjoghurt** B1, B 542 kcal; 38 g Eiweiß; 16 g Fett; 6 g KH	**Gemüseeintopf mit Fleischklößchen** A, A1, B1, D, B, I, L, 2, 20, 43, 95 **Milchpudding Butterkeks** A, A1, B1, D, G, B, H, 43 334 kcal; 24 g Eiweiß; 11 g Fett; 14 g KH	**Rindergulasch** A, A1, 43, 95 **Kartoffeln** 43 **Romanesco-Mix** B1, B, 43 **Erdbeerkompott** 12, 43 438 kcal; 37 g Eiweiß; 6 g Fett; 44 g KH
Vegetarische Kost Menü 3	**Cannelloni Ricotta-Spinat** A, A1, B1, D, B, 1, 43 **fruchtige Tomatensauce** A, A1, 43, 95 **Karamellpudding** B1, B, 42, 43 569 kcal; 22 g Eiweiß; 14 g Fett; 85 g KH	**Vegetarische Frikadelle** A, A1, D, G, 43 **Kartoffeln** 43 **Rahmporree** A, A1, B1, B, 43, 95 **Obst** 14, 43 528 kcal; 23 g Eiweiß; 16 g Fett; 66 g KH	**Bunter Gemüseteller mit Sauce Hollandaise** A, B1, D, B, I, 43, 95 **Kartoffeln** 43 **Dessertcreme Erdbeere** B1, B, 12, 42 925 kcal; 20 g Eiweiß; 61 g Fett; 64 g KH	**Feta-Tasche mit Spinat** A, A1, B1, D, B, 43 **Ratatouille** A, A1, B1, D, G, B, I, J, 43 **Nougatdessert** B1, B, H, H2, 43 441 kcal; 18 g Eiweiß; 16 g Fett; 36 g KH	**Vegetarische Bratwurst** A, A1, D, G, 43, 95 **Kartoffeln** 43 **Bayrisch Kraut** A, A1, 1, 2, 43, 95 **Fruchtjoghurt** B1, B 621 kcal; 25 g Eiweiß; 34 g Fett; 44 g KH	**Eierkuchen mit Heidelbeerfüllung** A, A1, B1, D, B, 43 **Vanillesauce** B1, B, 42, 43 **Milchpudding Butterkeks** A, A1, B1, D, G, B, H, 43 588 kcal; 19 g Eiweiß; 10 g Fett; 81 g KH	**Vegetarische Kohlroulade** A, A1, A2, D, G **Schmorkohlsauce vegan** A, A1, 43 **Kartoffeln** 43 **Erdbeerkompott** 12, 43 544 kcal; 17 g Eiweiß; 15 g Fett; 35 g KH
Dessert	**Karamellpudding** B1, B, 42, 43 139 kcal; 4 g Eiweiß; 4 g Fett; 23 g KH	**Obst** 14, 43 29 kcal; 0 g Eiweiß; 0 g Fett; 6 g KH	**Dessertcreme Erdbeere** B1, B, 12, 42 134 kcal; 4 g Eiweiß; 4 g Fett; 21 g KH	**Nougatdessert** B1, B, H, H2, 43 97 kcal; 2 g Eiweiß; 3 g Fett; 0 g KH	**Fruchtjoghurt** B1, B 0 kcal; 0 g Eiweiß; 0 g Fett; 0 g KH	**Milchpudding Butterkeks** A, A1, B1, D, G, B, H, 43 67 kcal; 3 g Eiweiß; 1 g Fett; 0 g KH	**Erdbeerkompott** 12, 43 60 kcal; 1 g Eiweiß; 1 g Fett; 0 g KH

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (5) mit Süßungsmitteln, (9) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, (12) mit Farbstoff, (14) gewachst, (16) mit Phosphat, (20) mit Eiklar, (42) Thermisiert, ohne Kühlung haltbar, (43) enthält keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe, (95) frei von kennzeichnungspflichtigen Allergenen, (48) Nitritpökelsalz

Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (A1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (A2) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (A6) Gerste und Gersteerzeugnisse, (B1) Laktose, (D) Eier und -erzeugnisse, (E) Fisch und -erzeugnisse, (G) Soja und -erzeugnisse, (B) Milch und -erzeugnisse, (H) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (H2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse, (H7) Pistazien und Pistazienerzeugnisse, (I) Sellerie und -erzeugnisse, (J) Senf und -erzeugnisse, (39) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben, (L) Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg)

Bei Fragen oder speziellen Wünschen erreichen Sie uns telefonisch unter: 03385 53 77 66

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten.