

# Bistro der IHK Potsdam

## Speisekarte vom 15.05.2023 bis 19.05.2023

MONTAG		kJ / kcal	Z-St.	Gäste
<i>Eintopf &amp; Suppe</i>	Vegan: Tomatensuppe mit Basilikum	(58) 2549/6102,7,Aa,G		3,80
<i>Fleischgericht</i>	Schmorkohlpfanne mit Kartoffeln	(168) 3720/890	Aa	5,70
<i>Vegan</i>	Vegan: Gemüse-Chop-Suey mit Reis	(377) 1924/460	I	5,30
<i>Vegan</i>	Süßkartoffelcurry mit karamellisierter Ananas und Reis	(468) 2131/510	Aa,O	5,30

DIENSTAG		kJ / kcal	Z-St.	Gäste
<i>Eintopf &amp; Suppe</i>	Scharfe Hühnersuppe mit Gemüse und Kokosmilch	(27) 1758/420	D,I,A	3,80
<i>Fischgericht</i>	Brathering mit Bratkartoffeln und Salatbeilage	(216) 2973/710A,4,I,7,1,J		5,70
<i>Vegan</i>	vegan: Pasta all'arrabiata (wahlweise mit geriebenem Käse)	(309) 2453/587	A,8	5,30
<i>Fleischgericht</i>	Aktion: Steak au four mit Buttererbsen und Pommes Frites	(84) 3636/870	Aa,M	7,50

MITTWOCH		kJ / kcal	Z-St.	Gäste
<i>Eintopf &amp; Suppe</i>	Vegan: Waldpilzsuppe mit Räuchertofu	(59) 3140/750	2,3,I	3,80
<i>Fleischgericht</i>	Koreanisches Schweinefleisch mit Chili, Koriander, Kohl, Karotten und Reis	(138) 3385/810A,F,I,O,K		5,70
<i>Vegan</i>	Vegan: Salbei- Zitronen-Pasta-mit Spinat und gerösteten Chili-Sonneblumenkernen	(385) -/520	-	5,30
<i>Süßspeise</i>	Milchreis mit Apfelmus	(403) 2594/620	Aa,G	4,80

DONNERSTAG		kJ / kcal	Z-St.	Gäste
	Herrentag	(529) -/-	-	

FREITAG		kJ / kcal	Z-St.	Gäste
	Geschlossen	(530) -/-	-	

weBBistro\_in\_der\_IHK\_Potsdam  
 Homepage: [www.essenzeit.de](http://www.essenzeit.de) mit allen Angeboten  
 Ansprechpartner in allen Fragen: Frau Pautz  
 Telefon: 03 31 / 2 78 64 66, Telefax: 03 31 / 2 78 62 95  
 Pächter: Jens Uwe Poel  
 Telefon: 03 31 / 8 66 96 32, Telefax: 03 31 / 8 66 96 35  
 info@essenzeit.de

Zusatzstoffe:  
 1: mit Farbstoff, 2: mit Konservierungsstoff3: mit Antioxidationsmittel, 4: mit Geschmacksverstärker5: geschwefelt, 6: geschwärzt, 7: mit Süßungsmittel, 8: mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 9: enthält eine Penylalaninquelle (zusätzlich zur Angabe "mit Süßungsmittel"), 10: mit Phosphat (bei Fleischerzeugnissen), 11: mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnissen), 12: mit Eiklar (bei Fleischerzeugnissen), 13: mit Alkohol, 14: chininhaltig, 15: koffeinhaltig  
 \*: aus ökologischem Landbau

Allergene:  
 A = enthält glutenhaltiges Getreide (a = Weizen sowie Dinkel und Khorasan-Weizen, b = Roggen, c = Gerste, d = Hafer), B = enthält Krebstiere, C = enthält Ei, D = enthält Fisch, E = enthält Erdnuss, F= enthält Soja, G= enthält Milch (einschließlich Laktose), H= enthält Schalenfrüchte (a = Mandeln, b = Haselnüsse, c = Walnüsse, d = Cashewkerne, e = Pecanüsse, f = Paranüsse, g = Pistazien, h = Macadamia- oder Queenslandnüsse), I= enthält Sellerie, J= enthält Senf, K= enthält Sesam, L= enthält Schwefeldioxid und Sulphite, M= enthält Lupine, N= enthält Weichtiere, O = Knoblauch

"Das essenzeit CATERING Team wünscht guten Appetit!"

In unserer Küche werden alle Arten von Lebensmitteln und somit auch alle Allergene verarbeitet. Ein Übergang von Spuren dieser Stoffe kann trotz aller Vorsicht daher nicht ausgeschlossen werden. Bei fehlender Deklaration wenden Sie sich an unser Service- und Ausgabepersonal. Wir stehen Ihnen jederzeit gerne für Rückfragen zur Verfügung.