



Natural'Mente

Frisch, vollwertig, vegan,
BIO
DE-ÖKO-070

Natural'Mente
Restaurant & Catering
makrobiotisch-vollwertig
Telefon 3 41 41 66
Fax 34 70 30 71

Ab Montag, 04.01.2021 wegen CORONA nur: TAKE AWAY & LIEFERSERVICE
Leider ist nach 4 Jahren eine Anpassung der Grundpreise für die Speisen unumgänglich.
Wir bitten um Verständnis. Unser Ziel: Frischeste MAKRO BIO QUALITÄT anzubieten.

BITTE BEACHTEN:

BESTELLUNGEN für den LIEFERSERVICE bitte **bis 10.30 Uhr** per Fax oder Telefon !!!
TAKE AWAY mit Anmeldung **bis 14:00 Uhr**. Abholen **auch später nach Vereinbarung !!!**
TRANSPORT Gebühr ab 3,00 Euro

Speiseplan KW 082021 22.bis 28.02.2021

Kleine / Große Portion

Montag	Vollkorn Reis Möhren, Mangold		
nd	1. Linsen-Stew	11,50	13,50
er	1a. Tempeh 13	13,80	15,40
Dienstag	Hirse Kürbis-Kohlrabi-Gemüse, Grünkohl		
und	2. Rote Bohnen-Pâté	11,50	13,50
der	2a. Tofu 13	13,80	15,40
Mittwoch	Basmati Reis Sellerie-Schnitzel, Broccoli		
Und	3. Grüne Erbsen mit Möhren	11,50	13,50
oder	3a. Fisch 3 160 g (Wildfang oder Bio-Zucht) - <i>Tagespreis</i> ab	13,80	15,40
Donnerstag	Vollkorn Reis mit Dinkel 4 Möhren, Wirsing		
Und	4. Rote Linsen	11,50	13,50
oder	4a. Seitan 4	13,80	15,40
Freitag	Buchweizen Pastinaken, Rotkohl		
und	5. Weiße Riesenbohnen	11,50	13,50
oder	5a. Fisch 3 160 g (Wildfang oder Bio-Zucht) - <i>Tagespreis</i> ab	13,80	15,40

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Alle nicht mit "**konv.**" gekennzeichneten Produkte unterliegen dem Kontrollverfahren gem. EG-Öko-Verordnung Nr. 834/2007
Die Makrobiotik Gastronomie GmbH wird geprüft von der Control Union, DE-ÖKO-070
Konventionell bzw. nicht Bio sind Fischarten, Meeresalgen, Umeshoshi-Produkte, Agar Agar oder entsprechend gesondert als konventionell gekennzeichnete Produkte.

Allergene: 1 Eier; 3 Fisch; 4 Gluten; 8 Schalenfrüchte; 10 Sellerie; 11 Senf; 12 Sesam; 13 Soja

Makrobiotik Gastronomie GmbH | Schustehrusstr. 26 | 10585 Berlin
E-Mail: info@naturalmente.de

Kontrollstelle DE-ÖKO-070
www.naturalmente.de



Natural'Mente

Frisch, vollwertig, vegan,
BIO
DE-ÖKO-070

Natural'Mente
Restaurant & Catering
makrobiotisch-vollwertig
Telefon 3 41 41 66
Fax 34 70 30 71

Ab Montag, 04.01.2021 wegen CORONA nur: TAKE AWAY & LIEFERSERVICE
Leider ist nach 4 Jahren eine Anpassung der Grundpreise für die Speisen unumgänglich.
Wir bitten um Verständnis. Unser Ziel: Frischeste MAKRO BIO QUALITÄT anzubieten.

Nächste Seite: Weitere kleine Gerichte und Einzel-Portionen, Salate, Suppen, Desserts

10. Salat – Rohkostteller mit Dressing:	8,50	10,00
11. Gemüseteller (Gemüse – Art bitte erfragen):	8,50	10,00
12. Extrasaucen: (Tahin-12, Nuss-Sauce 8, vegane Mayo..)		1,00
13. Gemüse – Rohkostteller		12,00
15. Tagessuppe		4,40
16. Miso- und Sesam-Suppe 13 mit Wakame-Algen (konv.) und Gemüse		5,60
20. 1 Port. Seitan 4		4,50
21. 1 Port. Tofu 13		3,90
22. 1 Port. Tempeh 13		4,50
23. 1 Port. Bohnen, Linsen etc.		3,50
24. 1 Port. Tagesgetreide oder Vollkornreis		3,50
25. 1 Port. Meeresalgen (konv.) - meist Arame oder Hiziki		4,00
26. 1 Port. Tagesgemüse		5,00
30. Dessert (Kuchen oder Crèmes etc.) Tagespreis erfragen.	3,00	- 5,00