



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

BITTE BEACHTEN: BESTELLUNGEN für den LIEFERSERVICE (Ab 3,00 Euro) bitte **bis 10.30 Uhr** per Fax oder Telefon !!!

RESTAURANT (3 G-Regelung) und TAKE AWAY bis 14:00 Uhr. Nach 14:00 Uhr nach Vereinbarung

2021-37 13. bis 19.09.2021

Kleine / Große Portion

Montag	Vollkorn Reis-Süßreis Möhren, Mangold, plus Rohkostbeilage		
und	1. Schwarze Bohnen	11,50	13,50
oder	1a. Tempeh 13	13,80	15,40
Dienstag	Hirse Rote Bete Mousse, Wirsing, plus Rohkostbeilage		
und	2. Weiße Riesenbohnen	11,50	13,50
oder	2a. Tofu 13	13,80	15,40
Mittwoch	Buchweizen Hokkaido Kürbis, Spitzkohl plus Rohkostbeilage		
und	3. Pintobohnen	11,50	13,50
oder	3a. Tofu, Tempeh oder Seitan	13,80	15,40
Donnerstag	Vollkorn Reis Weißer Rettich-Möhren, Broccoli, plus Rohkostbeilage		
und	4. Château Linsen	11,50	13,50
oder	4a. Seitan 4	13,80	15,40
Freitag	Basmati Reis Nishime Wurzelgemüse, Weißkohl, plus Rohkostbeilage		
und	5. Grünes Erbsen Mousse	11,50	13,50
oder	5a. Tofu, Tempeh oder Seitan	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, Umeboshi-Produkte, Agar oder entsprechend gesondert als konventionell gekennzeichnete Produkte.

Allergene: 1 Eier; 3 Fisch; 4 Gluten; 7 Milchprodukte; 8 Schalenfrüchte; 10 Sellerie; 11 Senf; 12 Sesam; 13 Soja

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

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

13. Gemüse – Rohkostteller	12,00
15. Tagessuppe	4,40
16. Miso- und Gemüse- 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

Lieferservice, vornehmlich: Charlottenburg, Wilmersdorf, Schöneberg, Teile Zehlendorfs
– Transportkosten ab 3,00 bis 6,00 Euro
Pfand: Pyrex Glasteller: 15,00 Euro – Salatschale 5,00 Euro