

Ihre
Komponenten-Speisekarte
September – Dezember
„Trio Kulinarik“ mit

max fresh

Vivantes
FOOD

Vivantes.
Berlin kann
Gesundheit.

Willkommen

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Vivantes liegt Ihre Gesundheit sehr am Herzen - und selbstverständlich auch Ihre Zufriedenheit mit der Verpflegung!

Um Ihnen eine größtmögliche individuelle Auswahl zu ermöglichen, können Sie sich anhand der vorliegenden Speisekarte die Komponenten zu den einzelnen Mahlzeiten selbst zusammenstellen.

Jeweils im Laufe des Vormittags kommen wir persönlich zu Ihnen und nehmen Ihre Essenswünsche für den kommenden Tag auf. Unsere Servicemitarbeitenden stehen Ihnen dabei gerne für Fragen und Empfehlungen zur Verfügung. Sollten Sie zur Befragung nicht in Ihrem Zimmer sein, haben Sie die Möglichkeit, uns Ihre Essenswünsche auf einem Vordruck anzukreuzen und diesen auf Ihrem Nachttisch zu hinterlegen. Die Vordrucke finden Sie in Ihrem Zimmer.

Wenn Sie aus medizinischen Gründen eine Diät benötigen, so erhalten Sie diese entsprechend Ihrer ärztlichen Verordnung. Bei Ernährungsfragen stehen Ihnen gern unsere Diätassistent*innen zur Verfügung. Sofern weitere Wünsche und Anforderungen bestehen, zögern Sie nicht, uns anzusprechen.

In Kooperation mit Sternekoch Max Strohe und der Chefärztin Prof. Dr. Diana Rubin vom Vivantes Zentrum für Ernährungsmedizin und Diabetologie bieten wir Ihnen in diesem Jahr einige neue Gerichte an.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit und eine baldige Genesung!
Ihr Vivantes Gastronomie Team

Frühstück

Bitte stellen Sie sich aus folgenden Komponenten Ihr individuelles Frühstück zusammen.

Die maximale Bestellmenge der Komponenten bzw. Komponentengruppen ist in eckigen Klammern [] aufgeführt.

Brot & Brötchen [3]

-  Brötchen [2] _____ a1
-  Mischbrot _____ a1, a2
-  Vollkornbrot _____ a1, a2
-  Weißbrot _____ a1

Butter & Margarine [3]

-  Butter à 10g _____ g
-  Diätmargarine à 10g _____ 1
-  Halbfettmargarine à 10g _____ 1

Aufstrich & Belag [5]

-  Konfitüre, gelb
-  Konfitüre, rot
-  Honig
-  Geflügel- Bierschinken _____ 2, 3, 8
-  Geflügel- Lyoner _____ 2, 3
-  Kochschinken _____ 2, 3, 8
-  Leberwurst mit Kalbfleisch _____ 1, 2
-  Gouda 48% Fett i. Tr. _____ g
-  Sahne- Schmelzkäse 50% Fett i. Tr. _____ 8; g
-  Magerquark, natur _____ g
-  pflanzlicher Brotaufstrich _____ 3

... als kleines Extra [1]

-  Obst vom Markt _____ 7
-  Fruchtjoghurt _____ g
-  Naturjoghurt _____ g

Mittagessen

Bitte stellen Sie sich aus folgenden Komponenten Ihr individuelles Mittagessen zusammen.

Die maximale Bestellmenge der Komponenten bzw. Komponentengruppen ist in eckigen Klammern [] aufgeführt.

Bei sättigenden Beilagen und Gemüse haben Sie die Möglichkeit, die Portionsgröße zu ändern.

Hauptkomponenten [1]

-  Frikassée mit Champignons & Spargel _____ 1, 2, 3; a1, a3, f, l
-  Klopse „Königsberger Art“ _____ a1, c
-  Gebackenes Fischfilet _____ a1, d, g
-  Pochiertes Fischfilet _____ d
-   Brandenburger Bolognese vom Wild _____ 3; f, g, i
-   Ossobuco al Ragu vom Kalb _____ a1, i, l
-   Pot au Feu „Topf auf dem Feuer“ _____ 2; a1, f, g, i, j
-   Pozole „Mexikanische Art“ _____ 2, 3, 8, 9; i, l
-  Braten vom Schweinerücken _____ 2, 3, 8

vegetarisch

-  Bratling mit Goudafüllung _____ 1; a1, a4, c, g
-  Omelette vom Ei mit Kräutern _____ c, g (laktosefrei)
-  Eierkuchen mit Bratapfel- Sahnecremefüllung _____ a1, c, g
-  Süßer Grießbrei _____ a1, g

vegan

-  Brokkoli- Nussecke _____ a1, a4, h2
-   Erbsen- Tomatenpfanne _____ f, i
-  Karotteneintopf mit Kartoffeln _____ j
-   Mexican Chili mit Sonnenblumenhack _____ j
-   Schmortopf „Art Coq au Vin“ _____ 1, 2; a1, a3, f, i, j, l

Mittagessen

Saucen [1]

-  Bratensauce _____
-  Geflügelsauce _____
-  Kapernsauce _____ a1, g
-  Kräutersauce _____
-  Tomatensauce „Napoli“ _____
-  Vanillesauce _____ g

Topping [1]

-  Geriebener Hartkäse 32% Fett i. Tr. _____ 2; c, g
-  Zimt & Zucker _____

Gemüse & Salat [1]

-  Apfelrotkohl _____ 10
-  Brokkoli _____
-  Karotten _____
-  Rahmspinat _____ a1, g
-   Rosenkohl mit Haselnüssen _____ h2
-  Gurkensalat mit Dill _____ 2, 3

Beilagen [1]

-  Salzkartoffeln _____ 1, 2
-   Edelstampf mit Camembert, Parmesan & Mandeln _____ a1, g, h1
-  Kartoffelpüree _____ 3; f, g
-  Langkornreis _____
-  Penne Rigate _____ a1

Dessert [1]

-  Obst vom Markt _____ 7
-  Apfelmus _____ 3
-  Milchpudding „Karamell“ _____ g
-  Schoko- Dessert mit Sahne _____ g

Nachmittagskaffee [1]

-  Gebäck des Tages _____ a1, c, f, g

Menüempfehlungen

von Max Strohe

Brandenburger Bolognese vom Wild

Tomantensauce mit Wildschwein & Hirsch,
abgerundet mit dunkler Kuvertüre
dazu Penne Rigate

Pot au Feu „Topf auf dem Feuer“

Eintopf nach französischer Art
mit viel Gemüse, Hähnchen- und Rindfleisch
dazu Schoko- Dessert mit Sahne

Schmortopf „Art Coq au Vin“

Ragout mit Fleischersatz aus Erbseneiweiß
& Gerstenprotein mit Champignons
dazu Kartoffelpüree

Braten vom Schweinerücken

an Bratensauce & Rosenkohl mit Haselnüssen
dazu Salzkartoffeln

Ossobuco al Ragù vom Kalb

würziges Ragout mit Kalbfleisch & Balsamico
dazu Penne Rigate

Pozole „Mexikanische Art“

Mexikanischer Mais- Eintopf
mit Schweinefleisch, Speck & Hominy Mais
dazu Obst vom Markt

Gebackenes Fischfilet

mit Rahmspinat
dazu Edelpfanne mit Camembert, Parmesan &
gerösteten Mandeln

von der Manufaktur aus Pasewalk

Erbsen- Tomatenpfanne

mit Tofuwürfel & Kokosmilch
dazu Langkornreis

Mexican Chili

mit Kidneybohnen, Zuckermais & Sonnenblumenhack
dazu Langkornreis

von der Vivantes Gastronomie

Frikassée mit Champignons & Spargel

an Langkornreis
dazu Apfelmus

Klopse „Königsberger Art“

mit Kapernsauce & Salzkartoffeln
dazu Gurkensalat mit Dill

Abendessen

Bitte stellen Sie sich aus folgenden Komponenten Ihr individuelles Abendessen zusammen.

Die maximale Bestellmenge der Komponenten bzw. Komponentengruppen ist in eckigen Klammern [] aufgeführt.

Brot [3]

-  Mischbrot _____ a1, a2
-  Vollkornbrot _____ a1,a2
-  Weißbrot _____ a1

Butter & Margarine [3]

-  Butter à 10g _____ g
-  Diätmargarine à 10g _____ 1
-  Halbfettmargarine à 10g _____ 1

Belag [5]

-  Geflügel- Paprikalyoner _____ 2, 3, 8
-  Putenbrust mit Paprika _____ 2, 3, 8
-  Jagdwurst _____ 1, 2, 3, 8; j
-  Kochschinken _____ 2, 3, 8
-  Leberwurst mit Schnittlauch _____ 1, 2
-  Salami, heiß geräuchert _____ 2, 3, 8; j
-  Edamer 40% Fett i. Tr. _____ g
-  Maasdamer 45% Fett i. Tr. _____ g
-  Sahne- Schmelzkäse 50% Fett i. Tr. _____ 8; g
-  Frischkäse, Kräuter 60% Fett i. Tr. _____ g
-  Kräuterquark 20% Fett i. Tr. _____ g
-  pflanzlicher Brotaufstrich _____ 3

... als kleines Extra [1]

-  Karotten- Apfelsalat _____ 2, 3, 10
-  Tomate _____
-  Gewürzgurke _____ 2, 9

Max Strohe

Der Unternehmer und Sternekoch blickt auf viele Jahre aktive Gastronomieerfahrung zurück.

Er lernte unter Martin Anton Reuter im Ahrtaler Traditionshaus „Hohenzollern“, sammelte kulinarische Auslandserfahrung in Griechenland und der Schweiz. Nach Stationen in Köln, Nürnberg und Hamburg, ließ er sich schließlich in Berlin nieder und gründete 2015 gemeinsam mit seiner Partnerin Ilona Scholl das Restaurant „Tulus Lotrek“, das bereits nach 2 Jahren mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet wurde und das mittlerweile zu einer der renommiertesten Adressen der Hauptstadt avanciert ist.

Strohes Küche trug von Anfang an eine besondere Handschrift, weswegen er bereits mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet wurde.

Überdies wirkte er in verschiedenen Fernsehproduktionen wie Kitchen Impossible, Ready-to-Beef, The Taste, Wine-Chefs und „Fuchs & Strohe liefern ab“ vor der Kamera mit und ist gern gesehener Gast in kulinarischen Radiosendungen und Podcasts.

Gemeinsam mit Ilona Scholl, Jeremias Stür und Daniel Kalthoff hat er die Initiative „Kochen-für-Helden“ gegründet, welche sich im ersten pandemiebedingten Lockdown 2020 der kostenlosen Verpflegung von Krankenhausmitarbeitern und anderen systemrelevanten Institutionen widmete und mittlerweile zum größten Charity-Netzwerk herangewachsen ist, das die deutsche Gastronomie je hervorgebracht hat.

Dafür wurde er 2020 mit dem „Eckart-Witzigmann Preis für kreative Verantwortung“ und dem „Sonderpreis Initiative“ des Busche-Verlags ausgezeichnet. Außerdem erhielt er den „Sonderpreis für Solidarität“ des Feinschmecker-Magazins sowie den Bundes-

verdienstorden der Bundesrepublik Deutschland verliehen durch den Bundespräsidenten Frank-Walter Steinmeier im Jahr 2021.

2022 würdigte ihn „Rolling Pin“ mit der Auszeichnung „Koch des Jahres“.



Prof. Dr. Med. Diana Rubin

und das Team vom Zentrum für Ernährungsmedizin und Diabetologie

Frau Professor Rubin arbeitet seit vielen Jahren im Bereich der Ernährungsmedizin und Stoffwechselforschung. In ihrer Doktorarbeit untersuchte sie den Effekt von Milch-Fettsäuren auf den Stoffwechsel und im Rahmen ihrer Habilitation individuelle Auswirkungen von weiteren Lebensmittelinhaltsstoffen auf den Körper (personalisierte Ernährung).

Sie ist Medizinprofessorin an der Universität Kiel und Chefärztin des Vivantes Zentrum für Ernährungsmedizin und Diabetologie.

Sie ist eine nationale und internationale Expertin auf dem Gebiet der Ernährungsmedizin und in zahlreichen Gremien als solche vertreten. Sie ist Mit-Autorin des Leitfadens für die deutsche und europäische Krankenhausernährung und Koordinatorin und Autorin in zahlreichen medizinischen Leitlinien.

In den Vivantes Kliniken ist sie mit ihrem Team von Ernährungstherapeutinnen zuständig für eine an die jeweilige Krankheitssituation angepasste Ernährung und Ernährungstherapie sowie Ernährungsberatung.

Schon seit Hippokrates wissen wir, dass Nahrungsmittel unsere Heilmittel sind. Eine passgenaue Ernährung ist für die Heilung von akuten und chronischen Erkrankungen Grundlage und bekommt in den Vivantes Kliniken den Stellenwert, den sie unbedingt verdient hat. Mit ihrer Expertise setzt Prof. Rubin zusammen mit der Vivantes Gastronomie und Max Strohe moderne Erkenntnisse der Wissenschaft in die Praxis um.

Durch diese Maßnahmen in Kombination mit einer ernährungstherapeutischen Betreuung kommt es nachweislich zu einer Verringerung von Komplikationen während des Krankenhausaufenthaltes und damit zu einer schnelleren Genesung.

Gesundheit und Genuss in einem, das ist das Credo der speziell entwickelten Gerichte ...



Gemeinsam ein Team

Auch in diesem Jahr gehen Max Strohe und unser Produzent für vegane Gerichte aus Pasewalk, gemeinsame Wege. Mehr Nachhaltigkeit und Regionalität stehen

im Fokus der gemeinsam entwickelten Ernährungsstrategie von Vivantes. Das Unternehmen aus Mecklenburg-Vorpommern verarbeitet regionale Zutaten und bereitet von Hand und frei von Zusatzstoffen Komponenten-essen für die Versorgung von Patient*innen und Bewohner*innen der Vivantes Klinika und Hauptstadt-pflegehäuser zu.



Mit unserem Partner Menü-Concept aus Brandenburg verbindet uns eine langjährige und vertrauensvolle Zusammenarbeit. Der Frischeproduzent, der in der Region Prignitz verwurzelt und für herausragende Qualität bekannt ist, entwickelte mit Max Strohe auch in diesem Jahr einige Gerichte, die den Hauptfokus auf regionale Lebensmittel legen.



Die mit  gekennzeichneten Komponenten sind Kreationen des Berliner Sternekochs Max Strohe, die in Zusammenarbeit mit unserem Partner aus Pasewalk und Menü-Concept entstanden sind. Bei der Rezepterstellung stand Frau Prof. Dr. Rubin, Chefärztin des Vivantes Zentrum für Ernährungsmedizin und Diabetologie, beratend zur Seite.

Darüber hinaus gibt es auch wieder einige, mit  gekennzeichnete Komponenten von unserem regionalem Partner aus Pasewalk.

Legende



vegetarisch



vegan



mit Schwein



mit Rind



mit Geflügel



mit Lamm



mit Wild



mit Fisch



pikant bis scharf

Deklarationspflichtige Zusatzstoffe

1 = mit Farbstoff

2 = mit Konservierungsstoff

3 = mit Antioxidationsmittel

4 = mit Geschmacksverstärker

5 = geschwefelt

6 = geschwärzt

7 = gewachst

8 = mit Phosphat

9 = mit Süßungsmittel

10 = mit einer Zuckerart & Süßungsmittel

11 = enth. eine Phenylalaninquelle

12 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken

13 = chininhaltig

14 = koffeinhaltig

15 = mit Alkohol

Kennzeichnungspflichtige Allergene

a = enth. glutenhaltiges Getreide

a1 = Weizen

a2 = Roggen

a3 = Gerste

a4 = Hafer

a5 = Dinkel

a6 = Kamut

b = enth. Krebstiere

c = enth. Eier

d = enth. Fisch

e = enth. Erdnüsse

f = enth. Soja

g = enth. Milch, einschließlich Lactose

h = enth. Schalenfrüchte

h1 = Mandeln

h2 = Haselnüsse

h3 = Walnüsse

h4 = Cashewkerne

h5 = Pekannüsse

h6 = Paranüsse

h7 = Pistazien

h8 = Macadamia- o. Queenslandnüsse

i = enth. Sellerie

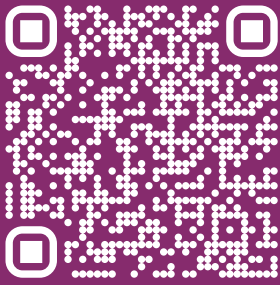
j = enth. Senf

k = enth. Sesamsamen

l = enth. Schwefeloxid & Sulfite

m = enth. Lupine

n = enth. Weichtiere



Lernen Sie uns kennen und
erfahren Sie mehr!
Die Viantes Gastronomie
über den Tellerrand hinaus.



Vivantes
FOOD