



Bestellung einfach per E-Mail:  
info@die-frische-kueche.de

# SPEISEPLAN

**KW 08**  
17.02.25 bis 23.02.25



A & K Die frische Küche GmbH

Blitzkuhlenstrasse 152  
45659 Recklinghausen

www.die-frische-kueche.de

02361 / 96054-0 Telefon  
02361 / 96054-20 Fax

	M1 Gut bürgerlich	M2 Leichte Küche	M3 feine Küche	M4 Spezial Gourmet	M5 Vegetarisch	M6 Eintopf & Pasta	M7 Salat & kaltes	M8 Süßspeise	M9 Abendbrot
Montag 17.02.2025	Hähnchenfilet in feiner Sahnesauce, dazu Nudeln und Brokkoli	Kräuterbratwurst in leckerer Sauce mit Möhren-Mais-Gemüse und Salzkartoffeln	"Nasi Goreng" Reis mit chinesischem Gemüse und zartem Hähnchenfleisch	Schweineroulade "Hausfrauen Art" mit Gurkensauce, Rotkohl und Salzkartoffeln	Gefüllte Paprikaschote mit fruchtiger Tomatensauce und feinem Butterreis	Leckere Kartoffelsuppe "Schlesische Art" mit Krakauerwurst	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat und Senf	Milchreis mit heißen Kirschen	Herzhafter Rindfleischsalat mit Brot und Butter
	A1,F,G,J,1	A1,L,1	A1,F,1	A1,I,J,1,2	A1,C,L,J	A1,G,J,1,2,3	A1,C,G,J,1,3	G,1	A1,A,2
Dienstag 18.02.2025	Wiegebraten (Hackbraten) in delikater Sauce mit Rosenkohl und Kartoffelpüree	Hähnchenkeule in Geflügelsauce mit Kohlragigemüse dazu Salzkartoffeln	Gebackener Fleischkäse in pikanter Sauce mit feinem Mischgemüse dazu Salzkartoffeln	Zartes Geflügelfilet "Alfredo" in Käsecremesauce dazu Gemüsespaghetti	Bunte Kartoffelpfannn mit Blattspinat und feinem Käse überbacken	Rigatoni mit Schinkenstreifen in Bärlauchsauce dazu Gurkensalat mit Haus-Dressing	Thunfischsalat nach "Art des Hauses" mit frischen Salaten und pikantem Hausdressing	Quarkstrudel mit Vanillesauce	Gyrosbraten mit Zaziki und Krautsalat
	A1,C,G,J,1	A1,G,J	A1,G,J,2,3	A1,G,1	A1,G,1	A1,C,I,J,1,2,3	C,D,G,J,1,3	A1,C,G,1	A1,C,G,J,1,2,3
Mittwoch 19.02.2025	Heiße Fleischwurst mit Sauerkraut und Püree	Geflügelrikadelle in feiner Sauce mit zartem Kaisergemüse und Reis	Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffelpüree	Herzhafter Spießbraten auf Zwiebelgemüse dazu Paprikakartoffeln und Gurken-Radieschen-Salat	Chilli sin Carne vegetarisches Chili mit Reis	Möhreneintopf mit zartem Rindfleisch	Caesar-Salat Blattsalate mit Mais, Hähnchenfleisch und Croutons dazu Cocktaildressing	Griesflammeri "Baden Baden" mit Fruchtsoße	Eiersalat mit Obstgarnitur und Weißbrot
	A1,G,1,2,3	A1,C,F,G,J,1	A1,D,G,1	C,I,J,1,3	A1,I	A1,L,1	A1,F,G,3	A1,G,1	A1,C,G,J,1,3
Donnerstag 20.02.2025	Hackfleischbällchen "Schwedische Art" in brauner Sauce mit Mischgemüse und Nudeln	Gebackener Seelachs mit fruchtiger Tomatensauce und Frühlingspüree	Original Hähnchen-Döner-Teller mit Reis, Sauce und Krautsalat	Rinderschmorbraten mit Sauce dazu Pariser Karotten und Knödel	Brokkoliröschen mit gerösteten Mandeln in Sauce "Holländische Art" und Petersilienkartoffeln	Porree-Schlemmertopf Rinderhack mit Porreewürfel in Käse-Béchamelsauce dazu Nudeln	Frikadelle mit Nudelsalat und Senf	Eierpfannkuchen mit Rosinen und Apfelzufüllung dazu Vanillesauce	Sandwichteller - leckere Sandwiches (Toast belegt) mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur
	A1,C,G,J,J	A1,D,G,1	A1,C,J,1,3	A1,G,3	A1,G,H,I	A1,G,1	A1,C,G,J,1,3	A1,C,G,1	A1,C,G,J,1,3
Freitag 21.02.2025	Gemischte Vollkornspirelli (Spiralnudeln) "Bolognese" vom Rind und Geflügel dazu Gurkensalat	Schweinerückenbraten in brauner Sauce mit Leipziger Allerlei und Spätzle	Buntes Hühnerfrikasse mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis	Seelachsfilet gedünstet mit Kräuterbuttersauce, dazu Zucchini gemüse und Salzkartoffeln	Leckeres Paprikagemüse mit Risotto (Reis)	Grünkohleintopf mit Mettwurst	Mexiko-Salat, frische Blattsalate, Paprika, Mais, Zwiebeln, Tomate und Kidneybohnen und Essig-Öl-Dressing	Sahnegrießbrei mit Waldfrüchten	Fischplatte nach Angebot mit Brot und Butter
	A1,C,I,J,1,3	A1,C,G,J	A1,G,3	A1,D,G,J	A1,G,1	A1,F,I,J,1,3	C,J,1,3	A1,G,1	A1,A,2,D,G
Samstag 22.02.2025	Pikantes Gulasch vom Schwein mit Mischgemüse und Kartoffeln	Kräftiger Hühnersuppeneintopf mit Suppengemüse (Rüben, Sellerie, Blumenkohl)	Spaghetti in Curryrahm und buntem Gemüse	Zarter Schweinerückenbraten in Rahmsauce mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln				Milchreis mit Zimtpfauenkompott	Gebratene Fleischbällchen in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur
	A1,G,1	A1,I	A1,G,I,K	A1,G,1				G,1	A1,C,G,J,1,3
Sonntag 23.02.2025	Wiener Sahneleber mit Champignons, zartem Erbsengemüse und Butterpüree	Rinderhacksteak mit Blumenkohl und Salzkartoffeln	Tortellini "Vegetarische Art" in fruchtiger Tomatensauce	Lachsfilet an Berner Sauce mit Blattspinat, dazu Bandnudeln				Germknödel mit Vanillesauce	Käseplatte "Winzer Art" mit Weintrauben und Garnitur dazu Butter und Mischbrot
	A1,G,1	A1,C,I,1	A1,C,G,1	A1,D,G,1				A1,C,G,1	A1,A,2,G,1,2



Speiseplan tag gleich Verzehrt, Die Kennzeichnung der Speisen erfolgt über die Menübezeichnung

1=mit Farbstoff; 2=mit Konservierungsstoff; 3= mit Antioxidationsmittel; 4=mit Geschmacksverstärker; 5=geschwärzt; 6=gewaschen; 7=mit Phosphat; 8=mit Süßungsmittel(n); 9=Aspartam- Phenylnalaninquelle; 10=geschwefelt; 11=coffeinhaltig; 12=chihinhaltig; [A]= Glutenhaltiges Getreide (A1= Weizen, A2= Roggen, A3= Gerste, A4= Hafer, A5= Dinkel, A6= Kamut oder A7= Hybridstämme davon); [B]= Krebstiere / Krebstierzerzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusserzeugnisse; [F]= Soja / Sojaerzeugnisse; [G]= Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose; [H]= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Haselnuss, H3= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecannuss, H6= Paranuss, H7= Pistazie, H8= Macadamianuss und H9= Queenslandnuss); [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefel-dioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtierzerzeugnisse

DE NW 86018 EG

Die Nährwertangaben beziehen sich auf jeweils 100 g.

