



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

SPEISEPLAN

KW 19
06.05.24 bis 12.05.24

DIE FRISCHE KÜCHE

| | M1 Gut bürgerlich | M2 Leichte Küche | M3 feine Küche | M4 Spezial Gourmet | M5 Vegetarisch | M6 Eintopf & Pasta | M7 Salat & kaltes | M8 Süßspeise | M9 Abendbrot |
|--|----------------------|---------------------|-------------------|-----------------------|-------------------|-----------------------|----------------------|-----------------|-----------------|
|--|----------------------|---------------------|-------------------|-----------------------|-------------------|-----------------------|----------------------|-----------------|-----------------|

A & K Die frische Küche GmbH

Blitzkuhlenstrasse 152
45659 Recklinghausen

www.die-frische-kueche.de

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



gut für
Kindergarten
und Schule
geeignet

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

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|--|---|---|---|--|--|--|---|--|
| Montag 06.05.2024 | Geschmorte Hähnchenbrust in Balsamico Marinade mit glasierten Erbsen und Möhren, dazu Salbeikartoffeln 😊 | Magerer Schweinebraten mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln | Vollkorn-Spaghetti "Carbonara" Schinkenstreifen in leckerer Käse-Sahne-Sauce dazu Zuchinisalat 😊 | Paniertes Seelachsfilet mit Erbsensauce auf Zucchini-Kräutergemüse, dazu Reis | Asiatisches Wokgemüse mit feinem Basmatireis | Pichelsteiner Eintopf mit frischem Gemüse und Rindfleischinlage | Pizzafrikadelle mit Kartoffelsalat und Salatgarnitur 😊 | Milchreis mit Erdbeer-Rhabarberkompott 😊 | Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat | |
| Dienstag 07.05.2024 | Putenbraten in Bratensauce mit Brechbohnen und Kartoffeln 😊 | Königsberger Klopse in Kapernsauce mit Reis und Rote Beete Salat | Nudelaufwurf mit Brokkoli und Hackfleisch 😊 | Schweinerückensteak in Rahmsauce dazu Kaisergemüse und Kartoffeln | Eieromelette mit feinem Blattspinat, Röstzwiebeln und Kartoffelpüree 😊 | Frische Wirsing-Rinderhack-Pfanne dazu Salzkartoffeln 😊 | Bunter Salatmix mit Bratenstreifen dazu Senf- Dill- Dressing | Eierpfannkuchen mit Apfelkompott 😊 | Schnittenteller fertig belegte Schnittchen mit Wurst und Käse und Garnitur | |
| Mittwoch 08.05.2024 | Gebratene Schweineleber in Zwiebelsauce dazu Mischgemüse und Kartoffelpüree | Geflügelschnitzel mit feiner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln 😊 | Cevapcici vom Rind mit Djuwetschreis und pikantem Krautsalat 😊 | Gedünsteter Fisch auf Buttersauce mit Kräuterkartoffeln und Möhrensalat | Klassischer Makaroniaufwurf in fruchtiger Basilikum-Tomaten-Sauce mit Käse überbacken | Deftiger Erbseneintopf mit Würstwürfel 😊 | Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust, dazu Cocktildressing | Feiner Grießbrei mit roter Grütze 😊 | Feine Süße mit Remouladensauce, Garnitur und Brot | |
| Donnerstag 09.05.2024 | Zarter Schweinebraten in milder Kümmel-Senf-Sauce mit Mischgemüse und Salzkartoffeln | Seelachsfilet "Naturell" mit Kräutersauce und Brokkoligemüse dazu Petersilienkartoffeln 😊 | Berliner Currywurst mit Reis und Gurkensalat 😊 | Zartes gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsauce mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln | Farfalle in leckerer Käse-Spinat-Sauce | Perlgraueneintopf mit gewürfeltem Kasseler | Frischer Salatteller mit Thunfisch und Zwiebelringen, dazu pikantes Haus-Dressing | Pfannkuchen mit Zimtzucker und Quarkfüllung dazu Zitruszucker 😊 | Gebratene Hähnchenkeule mit Nudelsalat | |
| Freitag 10.05.2024 | Szegediner Gulasch mit Schwenkartoffeln | Leberknödel in Majoransauce mit Sauerkraut und Kartoffeln | Hähnchencurry mit Früchten und Reis dazu Mischsalat 😊 | Backfischfilet auf delikater Senfsauce dazu Kräuterkartoffeln und Mischsalat 😊 | Kartoffeltaschengefüllt mit pikantem Frischkäse dazu Tomaten-Zucchini-Gemüse und Püree | Italienischer Gemüseeintopf | Schweizer Wurstsalat mit Käsestreifen, Brot, Butter und Salatgarnitur | Mandarinenmilchreis 😊 | Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur | |
| Samstag 11.05.2024 | Eintopf mit grünen Bohnen mit zartem Schweinefleisch | Pikantes Geflügelgulasch mit Blumenkohlgemüse und Salzkartoffeln | Knödel "Dreierlei" dazu Champignonrahmsauce mit frischen Kräutern | Rindergeschnetzeltes "Jäger Art" mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln | | | | | Quarkkeulchen mit Vanillesauce | Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" mit Garnitur und Brot |
| Sonntag 12.05.2024 | Hähnchenragout mit Champignons, Spargel dazu Gemüserais | Lummerbraten in Rahmsauce mit Möhregemüse und Kartoffeln | Linsen-Bolognese mit Nudeln | Geflügelroulade in feiner Sauce mit Rotkohl und Spätzle | | | | | Feiner Milchreis mit Zimtzucker und Apfelkompott | Kasseler Braten mit Remouladensauce, Nudelsalat und Salatgarnitur |

DE NW 86018 EG

Die Nährwertangaben beziehen sich auf jeweils 100 g.

enthält: 1= Geschmacksverstärker; 2= Antioxidationsmittel; 3= Süßstoff; 4= Konservierungsstoff; 5= Farbstoff; 6= geschwärzt; 7= Alkohol; 8= Formfleisch; 9= mit Milchprodukt zubereitet; (A)= Glutenhaltiges Getreide (A1= Weizen, A2= Roggen, A3= Gerste, A4= Hafer, A5= Dinkel, A6= Kamut oder A7= Hybridstämme davon); (B)= Krebstiere / Krebstiererzeugnisse; (C)= Eier / Eierzeugnisse; (D)= Fisch / Fischerzeugnisse; (E)= Erdnüsse / Erdnüsseerzeugnisse; (F)= Soja / Sojaerzeugnisse; (G)= Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose; (H)= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Haselnuss, H3= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecanuss, H6= Paranuss und H9= Queendandnuss); (I)= Sellerie / Sellerieerzeugnisse; (J)= Sesam / Sesamerzeugnisse; (K)= Schwefeldioxid und Sulfite; (L)= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; (M)= Weichtiere / Weichtiererzeugnisse; (N)= Rind, (O)= Schwein, (P)= Fisch, (Q)= Getreide (W)= Weizen; (V)= Vegetarisch; 1 = 1 alle Menüs sind mit iodiertem Salz zubereitet; Alle Menüs mit glutenhaltiges Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet; ausnahmen werden besondert gekennzeichnet! BF-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht

