



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

SPEISEPLAN KW 20

13.05.24 bis 19.05.24

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 Verzehrtag.
Die Kennzeichnung der Speisen
erfolgt über die Menübezeichnung

Montag 13.05.2024	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	
Dienstag 14.05.2024	Wiegebraten (Hackbraten) in delikater Sauce mit Rosenkohl und Kartoffelpüree	Hähnchenkeule in Geflügelsauce mit Kohlrabigemüse dazu Salzkartoffeln ☺	Gebackener Fleischkäse in pikanter Sauce mit feinem Mischgemüse dazu Salzkartoffeln ☺	Zartes Geflügelfilet "Alfredo" in Käsecremesauce dazu Gemüsespaghetti ☺	Bunte Kartoffelpfannm 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	
Mittwoch 15.05.2024	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 Chilli 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 Weibrot	
Donnerstag 16.05.2024	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 Kräuterkartoffeln	Brokkoliröschen mit gerösteten Mandeln in Sauce "Holländische Art" und Petersilienkartoffeln	Porree-Schlammertopf Rinderhack mit Porreewürfel in Käse-Bechamelsauce dazu Nudeln	Frikadelle mit Nudelsalat und Senf ☺	Eierpfannkuchen mit Rosinen und Apfelüllung dazu Vanillesauce ☺	Sandwichteller - leckere Sandwiches (Toast belegt) mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur	
Freitag 17.05.2024	Gemischte Vollkornspirelli (Spiralnudeln) "Bolognese" vom Rind und Geflügel dazu Gurkensalat ☺	Schweinerückenbraten in brauner Sauce mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln	Buntes Hühnerfrikasse mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis ☺	Seelachsfilet gedünstet mit Kräuterbutter, Blumenkohl und Möhren dazu Salzkartoffeln ☺	Leckeres Paprikagemüse mit Risotto (Reis)	Frischer Sommereintopf mit Geflügelwursteinlage ☺	Mexiko-Salat , frische Blattsalate, Paprika, Mais, Zwiebeln, Tomate und Kidneybohnen und Essig-Öl-Dressing	Sahnegrießbrei mit Waldfrüchten ☺	Fischplatte nach Angebot mit Brot und Butter	
Samstag 18.05.2024	Pikantes Gulasch vom Schwein mit Mischgemüse und Kartoffeln	Kräftiger Hühnersuppeneintopf mit buntem Gemüse	Spaghetti in Curryrahm und buntem Gemüse	Zarter Schweinerückenbraten in Rahmsauce mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln					Milchreis mit Zimtplankenkompott	Gebratene Fleischbällchen in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur
Pfingstsonntag 19.05.2024	Lammbraten "Provence" mit Kräutersauce dazu Bratkartoffeln und Speckbohnen	Rinderhacksteak mit Pariser Karotten und Kartoffeln	Tortellini "Vegetarische Art" in fruchtiger Tomatensauce	Lachsfilet an Berner Sauce mit Kartoffeln dazu Blattspinat					Germknödel mit Vanillesauce	Käseplatte "Winzer Art" mit Weintrauben und Garnitur dazu Butter und Mischbrot

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 / Erdnusserezeugnisse; [F]= Soja / Sojaerzeugnisse; [G]= Milch / Milcherzeugnisse einsch. Lactose; [H]= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Haselnuss, H3= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecanuss, H6= Paranuss, H7= Pistazie, H8= Macadamianuss und H9= Queenslandnuss); [I]= Senf / Senferzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeldioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtiererzeugnisse; R=Rind, S=Schwein, F=Fisch, G=Geflügel, W=Wild, V=Vegetarisch, L=Lamm, Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Alle Menüs mit glutenhaltiges Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet, ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht

DE NW 86018 EG

Die Nährwertangaben beziehen sich auf jeweils 100 g.

