



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

SPEISEPLAN

KW 21
22.05.23 bis 28.05.23

DIE FRISCHE KÜCHE

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

	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 22.05.2023	Königsberger Klopse in Kapernsauce dazu Butterkartoffeln und Rote Beete-Salat	Frikadelle vom Rind in dunkler Kräutersauce mit Mischgemüse und Kartoffelpüree ☺	Penne mit Hähnchenbrust in feiner Sahnesauce, Brokkoli und Käse überbacken ☺	Schnitzel in leckerer Champignon-Rahm-Sauce mit Paprikakartoffeln dazu Leipziger Allerlei	Italienische Gemüsepasta mit Vollkornnudeln ☺	Grüne Bohnen-Eintopf mit Bockwurstchen	Wiener Würstchen mit Kartoffelsalat und Senf	Milchreis mit Erdbeer-Rhabarberkompott ☺	Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat
Dienstag 23.05.2023	Hackbraten in Sauce mit Rotkohl und Kartoffeln	Hähnchenkeule in pikanter Sauce mit Kohlrabigemüse dazu Salzkartoffeln ☺	Wurstgulasch mit Paprika und Zwiebeln dazu Gabelspagheti ☺	Schweineroulade mit klassischer Füllung Blumenkohl und Kartoffeln	Gebratenes Gemüse süßsauer mit Reis	Linseneintopf mit Geflügelbuckwurst ☺	Griechischer Bauersalat mit Tomate, Gurke, Zwiebeln und Hirten-Käse, dazu Balsamico-Dressing	Feiner Grießbrei mit roter Grütze ☺	Schnittenteller fertig belegte Schnittchen mit Wurst und Käse und Garnitur
Mittwoch 24.05.2023	Hamburger Heringsstipp in Sahne mit Apfel- und Gurkenwürfel dazu Petersilienkartoffeln	Geflügelbratwurst in Thymiansauce mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln ☺	Schweinelebergoutin Apfel-Sauce dazu Kartoffelpüree und Karottengemüse	Kaiserfleisch (Kasselerücken) auf Ananaskraut und Kartoffelpüree	Gemüseragout mit Erbsenpüree ☺	Klassischer Möhreeneintopf mit Geflügelkräuterbällchen ☺	"Bayern Mix" Eisbergsalat, Gurken, Radieschen und Kasselertreifen, dazu Sauerrahm-Dressing	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott ☺	Feine Sütze mit Remouladensauce, Garnitur und Brot
Donnerstag 25.05.2023	Schweinebraten in pikanter Sauce mit Blumenkohlgemüse und Petersilienkartoffeln	Gedünstetes Fischfilet in Dillsauce mit Brokkoli dazu Kartoffeln ☺	Original Hähnchen-Döner-Teller mit Reis, Sauce und Krautsalat ☺	Sauerbratengulasch mit Kartoffeln und Rotkohl	"Adas Polo" Reis-Linsenpfanne mit Rührei ☺	Kürbis - Hähncheneintopf mit Kartoffeln	Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust dazu Cocktildressing	Quarkstrudel mit Vanillesauce ☺	Gebratene Hähnchenkeule mit Nudelsalat
Freitag 26.05.2023	Westfälische Dicke Bohnen mit Kassel und Salzkartoffeln	Pikantes Gulasch vom Schwein mit Kartoffeln	Kartoffelröstis mit Karotten, Brokkoli, Mais und Champignons in Mascarpone sauce	Gebackenes Seelachsfilet mit Kräutersauce und Dampfkartoffeln dazu Gurkensalat ☺	Makkaroni mit Tomaten-Basilikumsauce dazu Möhrensalat ☺	Porree-Eintopf mit Hausmacher Metzgerfrikadelle	Zwei Frikadellen mit Nudelsalat ☺	Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelkompott ☺	Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur
Samstag 27.05.2023	Geflügelfilets in pikanter Sauce mit zartem Brokkoligemüse und Salzkartoffeln	Herzhafter Wirsing-Kohl-Eintopf mit Kartoffelstücken und Rindfleisch	Mais-Lauchtaler in Paprikagemüsesauce dazu Reis	Schweinebraten in Kümmelsauce mit Romanescogemüse und Klößen				Eierpfannkuchen mit gebratenem Apfel und Vanillesauce	Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" mit Garnitur und Brot
Sonntag 28.05.2023	Buntes Hühnerfrikasseemil jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis	Hackbraten in Sauce mit Butterbohnen und Salzkartoffeln	Kichererbsencurry mit Kokosmilch und Bulgur	Schweinefilet in Rahmsauce mit Fingermöhren und Salzkartoffeln				Beerengrütze mit Vanillesauce	Kasseler Braten mit Remouladensauce, Nudelsalat und Salatgarnitur



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 / Fischereierzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusserezeugnisse; [F]= Soja / Sojaerzeugnisse; [G]= Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose; [H]= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecanuss, H6= Paranuss, H7= Pistazie, H8= Macadamianuss und H9= Querslandnuss); [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeldioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtiererzeugnisse; R= Rind, S= Schwein, F= Fisch, G= Geflügel, V= Wild, V= Vegetarisch; L= Lamm; Alle Menüs sind mit |folgendem Satz 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.