



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

SPEISEPLAN

KW 25

16.06.25 bis 22.06.25



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
Montag 16.06.2025	Hamburger Rinderfrikadelle in Pfefferrahmsauce mit Rotkohl und Spätzle	Nürnberger Rostbratwürstchen auf Sauerkraut und Kartoffelpüree	Deftige Kohlroulade in Speck-Zwiebel-Sauce mit Salzkartoffeln	Gebratenes Hähnchenfilet in feiner Sauce mit Nudeln und Romanescogemüse	Schweizer Kartoffelrösti mit zartem Blattspinat und Gorgonzolakäsesauce	Rosenkohleintopf mit Kartoffeln und Kasserlerwürfel	Wiener Würstchen mit Kartoffelsalat und Senf	Milchreis mit Erdbeer-Rhabarberkompott	Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat
	A1,C,G,I,1	A1,G,1,2,3	A1,I,2,3	A1,G,I	A1,G,I,1,3	A1,I,1,3	C,G,J,1,3	G,1	C,G,J,1,3
Dienstag 17.06.2025	Linseneintopf mit Geflügel Wiener	Bunte Gemüseplatte mit holländischer Sauce und Tricolore Spirelli	Geflügelkräuterbällchen in würziger Currysauce mit Mischgemüse und Reis	Rheinischer Sauerbraten mit Salzkartoffeln und Apfelsmus	Gemüsebratwurst in pikanter Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln	Südländische Nudelpfanne mit Tomaten, Paprika und Auberginen	Salatteller mit Shrimps und Salaten der Saison mit French-Dressing	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott	Schnittenteller fertig belegte Schnittchen mit Wurst und Käse und Garnitur
	A1,I,1,2,3	A1,G,I	A1,C,G,I,1	A1	A1,C,F,G,I,1,3	A1,I	C,D,G,I,1,3	A1,C,G	A1,A2,G,2,3
Mittwoch 18.06.2025	Bunte Reispfanne mit Hähnchenfleisch	Frikadelle auf Wirsinggemüse dazu Salzkartoffeln	Seelachsfilet natur in feiner Kernelsauce mit Zucchini und Reis	Jägerschnitzel mit Salzkartoffeln und Möhrensalat	Käsetortellini mit feiner Tomatenkräutersauce und Möhrensalat	Gekochte Eier auf Rahmspinat und Salzkartoffeln	Italienischer Tomatensalat mit Mozzarella-Käse, Olivenöl, Lauch, Zwiebeln und Oliven, dazu Kräuter-Dressing	Feiner Grießbrei mit roter Grütze	Feine Sülze mit Remouladensauce, Garnitur und Brot
	A1,F,I	A1,C,G,I,1	A1,D,G,I,1	A1,C,G,I,1	A1,C,G,I	A1,C,G,I,1	C,G,J,1,3	A1,G,1	A1,A2,C,G,I,3
Freitag 20.06.2025	Geflügel-Currywurst mit pikanter Curry-Tomatensauce und Reis dazu Rohkostsalat	Fleischbällchen in pikanter Sauce mit Blumenkohlgemüse und Kartoffelpüree	Chinesische Nudelpfanne mit zartem Hähnchenfleisch	Backfischfilet vom Seelachs in fruchtiger Zitronensauce mit Pariser Karotten und Petersilienkartoffeln	Farfalle (Nudeln) in pikanter Pestosauce dazu Rohkostsalat	Schnibbelbohnen-Eintopf mit gewürfeltem Kasseler	Zwei Frikadellen mit Nudelsalat	Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelkompott	Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur
	A1,C,I,1,3	A1,C,G,I,1	A1,F,I	A1,D,G,I,1	A1,C,I,1,3	A1,I,1,3	A1,C,G,I,1,3	G	A1,D,2,3
Samstag 21.06.2025	Bunter Gemüseeintopf der Saison mit Geflügelwürstchen	Feine Bratwurst in Sauce mit zartem Erbsen- und Möhengemüse dazu Kartoffeln	Gemüseschnitzel mit Kräutersauce dazu Gemüseris	Hähnchensteaks in Estragonsauce mit Romanescogemüse und Fusilli				Pfannkuchen mit Rosinen und Quarkfüllung dazu Zimtucker	Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" mit Garnitur und Brot
	A1,I,1,2,3	A1,I	A1,C,G,I,1	A1,G,I				A1,C,G	A1,A2,C,J,1,2,3
Sonntag 22.06.2025	Geflügel Cordon Bleu in feiner Sauce dazu Bohnengemüse und Kartoffeln	Elsässer Schweinebraten mit herzhaftem Brokkoli und Salzkartoffeln	Gemüse-Ragout mit Möhren, Paprika und Bohnen in Curry-Kokos Sauce, dazu Basmatireis	Schweinefilet in Champignonsauce mit Rotkohl und Spätzle				Quarkkeulchen mit Vanillesauce	Kasseler Braten mit Remouladensauce, Nudelsalat und Salatgarnitur
	A1,C,G,I	A1,I,1	I,2	A1,C,G,I,1				A1,G,1	A1,C,G,I,1,3



A & K Die frische Küche GmbH

Blitzkuhlenstrasse 152
45659 Recklinghausen

www.die-frische-kueche.de

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

Speiseplan tag gleich Verzehrtag.
Die Kennzeichnung der Speisen erfolgt über die Menübezeichnung

1=mit Farbstoff; 2=mit Konservierungsstoff; 3= mit Antioxidationsmittel; 4=mit Geschmacksverstärker; 5=geschwärzt; 6=gewaxt; 7=mit Phosphat; 8=mit Süßungsmittel(n); 9=Aspartam-Phenylalaninquelle; 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; [C]= Eier / Eierzeugnisse; [D]= Fisch / Fischerzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusszerzeugnisse; [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]= Schwefeltoxisch und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtierzeugnisse

DE NW 86018 EG

Die Nährwertangaben beziehen sich auf jeweils 100 g.

