



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

SPEISEPLAN

KW 25
20.06.22 bis 26.06.22

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 20.06.2022	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 21.06.2022	Hackbraten in Sauce mit Rotkohl und Kartoffeln	Hähnchenkeule in pikanter Sauce mit Kohlrabigemüse dazu Salzkartoffeln ☺	Wurstgulasch mit Paprika und Zwiebeln dazu Gabelspaghetti ☺	Schweineroulade mit klassischer Füllung Blumenkohl und Kartoffeln	Gebratenes Gemüse süßsauer mit Reis	Linseneintopf mit Geflügelbuckwurst ☺	Griechischer Bauernsalat 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 22.06.2022	Hamburger Heringsstipp in Sahne mit Apfel- und Gurkenwürfel dazu Petersilienkartoffeln	Geflügelbratwurst in Thymiansauce mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln ☺	Schweineleberragout in Apfelsauce dazu Kartoffelpüree und Karottengemüse	Kaiserfleisch (Kasselerücken) auf Ananaskraut und Kartoffelpüree	Gemüseragout mit Erbsenpüree ☺	Klassischer Möhreeneintopf mit Geflügelkräuterbällchen ☺	"Bayern Mix" Eisbergsalat, Gurken, Radieschen und Kasselstreifen, dazu Sauerrahm-Dressing	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott ☺	Feine Sütze mit Remouladensauce, Garnitur und Brot
Donnerstag 23.06.2022	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 Cocktaildressing	Quarkstrudel mit Vanillesauce ☺	Gebratene Hähnchenkeule mit Nudelsalat
Freitag 24.06.2022	Westfälische Dicke Bohnen mit Kasseler 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 Möhre Salat ☺	Porree-Eintopf mit Hausmacher Metzgerfrikadelle	Zwei Frikadellen mit Nudelsalat ☺	Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelkompott ☺	Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur
Samstag 25.06.2022	Geflügelfilet 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 26.06.2022	Buntes Hühnerfrikasse mit 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 / Krebstierzerzeugnisse; [C]= Eier / Eierzeugnisse; [D]= Fisch / Fischzerzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusszerzeugnisse; [F]= Soja / Sojaerzeugnisse; [G]= Milch / Milchzeugnisse einschl. Lactose; [H]= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecanuss, H6= Paranuss, H7= Pistazie, H8= Macadamianuss und H9= Querslandnuss); [I]= Sellerie / Selleriezerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeldioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtierzeugnisse; 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.