



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

SPEISEPLAN

KW 31

29.07.24 bis 04.08.24



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
Montag 29.07.2024 A & K Die frische Küche GmbH Blitzkuhlenstrasse 152 45659 Recklinghausen www.die-frische-kueche.de 02361 / 96054-0 Telefon 02361 / 96054-20 Fax	"Makkaroni al Forno" Hackfleischsauce dazu Käsemakkaroni 	Geflügelsteaks in feiner Sauce mit Mischgemüse und Kartoffelpüree 	Wirsingroulade "Hausmacher Art" in Specksauce dazu Kartoffeln 	Fleischpfanne "Hubertus" mit Rotkohl und Kartoffelköße 	Klassisches Eieromelette mit feinem Rahmspinat und Salzkartoffeln 	Krätiger Rindfleischsuppentopf mit reichlich frischem Gemüse 	Pizzafrikadelle mit Kartoffelsalat und Salatgarnitur 	Milchreis mit Erdbeer- Rhabarberkompott 	Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat
	A1,F,G,I,1	A1,F,G,I,1	A1,I,2	A1,G,I,1,3	A1,C,G,I,1	A1,I,1	A1,C,F,G,I,J,1,3	G,1	C,G,J,1,3
Dienstag 30.07.2024	Hühnerfriskassee mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis 	Frischer Markteintopf mit Möhren, Kartoffeln und feiner Geflügel-Bockwurst 	Schweinebraten in deftiger Sauce mit feinem Bohnen Gemüse dazu Salzkartoffeln 	Schweineschnitzeln Paprikasauce mit Kräuterkartoffeln dazu Krautsalat 	Gemüse-Köttbullar mit Käselachsauce und Bulgur 	Rigatoni "al Arrabiata" mit Oliven und Paprika in pikanter Tomatensauce 	Bunter Salatmix mit Bratenstreifen dazu Senf- Dill- Dressing 	Feiner Grießbrei mit roter Grütze 	Schnittenteller fertig belegte Schnittchen mit Wurst und Käse und Garnitur
	A1,G,I,3	A1,I,2,3	A1,I,1	A1,C,I,J,1,3	A1,C,G,I,1	A1,I,1	C,G,J,1,3	A1,G,1	A1,A2,G,1,2,3
Mittwoch 31.07.2024	Westfälische Dicke Bohnen mit Mettwurst und Salzkartoffeln 	Geflügelrikadelle in Sauce mit zartem Kohlrabi und Salzkartoffeln 	Fischfilet "Napoli" in fruchtiger Tomatensauce dazu Gemüsereis 	Rinderzwiebelbraten in Sauce mit Rotkohl und Petersilienkartoffeln 	Vegetarische Currywurst mit Reis und Zucchini 	Leckerer Möhreintopf mit frischen Gartenkräutern und Geflügelbällchen 	Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust, dazu Cocktaildressing 	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott 	Feine Süße mit Remouladensauce, Garnitur und Brot
	A1,F,G,I,1,3	A1,C,F,G,I,J,1	A1,D,I	A1,1	A1,C,F,G,I,1	A1,C,F,I,J,1	A1,F,G,3	A1,C,G	A1,A2,C,G,I,J,3
Donnerstag 01.08.2024	Hähnchen Hackbraten in Sauce dazu buntes Gemüse und Reis 	Räuberfleisch vom Schwein mit pikantem Balkan Gemüse und Kartoffeln 	Herzhafte Leberknödelauf Sauerkraut dazu Kartoffelpüree 	Hähnchenfiletstreifen in Pilzrahmsauce dazu Spätzle 	Chilli sin Carne vegetarisches Chilli mit Reis 	Bunte Nudeln mit Brokkoli - Gemüsesauce 	Frischer Salatteller mit Thunfisch und Zwiebelringen, dazu pikantes Haus-Dressing 	Quarkkugeln mit Vanillesauce 	Gebratene Hähnchenkeule mit Nudelsalat
	A1,C,F,G,I,J,1	A1,I,1	A1,C,G,I,J,1	A1,C,G,I,1	A1,1	A1,G,I,1	C,D,G,J,1,3	A1,G,1	A1,C,G,J,1,3
Freitag 02.08.2024	Frische Reibekuchen mit leckerm Apfelmus 	Gebackener Fleischkäse auf Spinat und Kartoffelpüree 	Saftiges Schweinegulasch mit Erbsen- und Maisgemüse dazu Vollkorn-Spiralnudeln 	Gedünstetes Rotbarschfilet "Natur" in milder Senfsauce mit Pariser Karotten und Kartoffeln 	Champignons "a la Creme" mit grünen Nudeln 	Altdeutscher Stielmuseintopf mit Schweinefleischwürfel 	Schweizer Wurstsalat mit Käsestreifen, Brot, Butter und Salatgarnitur 	Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelkompott 	Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur
	A1,C	A1,G,I,1,2,3	A1,G,I	A1,D,G,I,J,1	A1,G,I,1	A1,I,1	A1,A2,G,1,2,3	G	A1,D,2,3
Samstag 03.08.2024	Schweinerückenbraten in Bratensauce mit zartem Blumenkohl und Salzkartoffeln 	Pikanter Linseneintopf mit Wiener Würstchen 	Vegetarische Pastinakentaler auf Karottensauce mit Erbsenpüree 	Gefüllte Rinder-Roulade "Hausfrauen Art" in Sauce mit Fingermöhren dazu Salzkartoffeln 				Bergische Waffel mit heißen Kirschen 	Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" mit Garnitur und Brot
	A1,I,1	G,I,J,1,3	A1,A4,C,G,I,1	A1,J				A1,C,F,G,1	A1,A2,C,J,1,2,3
Sonntag 04.08.2024	Gefüllte Hackfleischrolle in Rahmsauce mit herzhaftem Rüben Gemüse und Nudeln 	Rindergulasch in Paprikasauce mit Kartoffeln 	Käsemakkaroni mit Tomaten- Basilikumsauce 	Hähnchensteaks mit Barbecuesauce, Reis und Krautsalat 	Eierpfannkuchen mit gebratenem Apfel und Vanillesauce 	Kasseler Braten mit Remouladensauce, Nudelsalat und Salatgarnitur 			
	A1,G,I	A1,I,1	A1,G,I,1	A1,C,F,J,1,3	A1,C,G,1	A1,C,G,J,1,3			

Speiseplangleich Verzehrtag.
Die Kennzeichnung der Speisen
erfolgt über die Menübezeichnung

1=mit Farbstoff; 2=mit Konservierungsstoff; 3= mit Antioxidationsmittel; 4=mit Geschmacksverstärker; 5=geschwärzt; 6=gewachst; 7=mit Phosphat; 8=mit Süßungsmittel(n); 9=Aspartam-Phenylalaninquelle; 10=geschwefelt; 11=coffeinhaltig; 12=chminhaltig; [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]= Schwefeloxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtierzeugnisse

DE NW
86018 EG

Die Nährwertangaben
beziehen sich auf jeweils 100 g.

