



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

SPEISEPLAN

KW 49

02.12.24 bis 08.12.24

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 02.12.2024	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
	A1,C,G,J,1	A1,C,G,1	A1,F,G,1	A1,C,G,1	A1,L,1	A1,G,I,J,1,3	G,G,I,J,1,3	G,1	C,G,J,1,3
Dienstag 03.12.2024	Hackbraten in Sauce mit Rotkohl und Kartoffeln	Hähnchenkeule in Geflügelsauce mit Kohlrabigemüse dazu Salzkartoffeln	Wurstgulasch mit Paprika und Zwiebeln dazu Gabelspaghetti	Schweineroulade mit klassischer Füllung Blumenkohl und Kartoffeln	Gebratenes Gemüsesüßsauer mit Reis	Linseintopf mit Geflügel Wiener	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
	A1,C,I,J,1	A1,G,1	A1,I,2,3	A1,I,J,2	A1,F,1	A1,J,1,2,3	C,G,J,L,1,3	A1,G,1	A1,A2,G,1,2,3
Mittwoch 04.12.2024	Hamburger Heringsstipp in Sahne mit Apfel-Gurken-Würfel 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 Möhreintopf mit Geflügelkräuterbällchen	"Bayern Mix" Eisbergsalat, Gurken, Radieschen und Kasserelstreifen, dazu Sauerrahm-Dressin	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott	Feine Sülze mit Remouladensauce, Garnitur und Brot
	C,D,G,J,1,3	A1,G,1	A1,G,1,3	A1,G,1	A1,G,1	A1,C,F,I,J,1	G,3	A1,C,G	A1,A2,C,G,I,J,3
Donnerstag 05.12.2024	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 Spätzle und Rotkohl	Vegetarische Gemüsebällchen mit heller Kräutersauce auf Gemüseris	Kürbis - Hähncheneintopf mit Kartoffeln	Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust, dazu Cocktaildressing	Quarkstrudel mit Vanillesauce	Gebratene Hähnchenkeule mit Nudelsalat
	A1,L,1	A1,D,G,1	A1,C,J,1,3	A1,C,1	A1,C,F,G,1	A1,I	A1,C,F,G,J,1,3	A1,C,G,1	A1,C,G,J,1,3
Freitag 06.12.2024	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 Geflügelrikadelle	Zwei Frikadellen mit Nudelsalat	Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelkompott	Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur
	A1,G,1	A1,G,1	A1,G,I,J,1,3	A1,C,D,G,I,J,1,3	A1,I	A1,C,F,G,I,J,1	A1,C,G,I,J,1,3	G	A1,D,2,3
Samstag 07.12.2024	Geflügelfilets in pikanter Sauce mit zartem Brokkoligemüse und Salzkartoffeln	Herzhafter Wirsing-Kohl-Eintopf mit Kartoffelstücken und Rindfleisch	Kichererbsencurry mit Kokosmilch und Bulgur	Schweinebraten in Kümmelsauce mit Romanesco gemüse und Klößen				Eierpfannkuchen mit gebratenem Apfel und Vanillesauce	Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" mit Garnitur und Brot
	A1,I	A1,L,1	A1,G,1	A1,G,1,3				A1,C,G,1	A1,A2,C,J,1,2,3
Sonntag 08.12.2024	Buntes Hühnerfrikasse mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis	Hackbraten in Sauce mit Butterbohnen und Salzkartoffeln	Mais-Lauchtaler in Paprikagemüsesauce dazu Reis	Schweinefilet in Rahmsauce mit Fingermöhren und Salzkartoffeln				Beeregrütze mit Vanillesauce	Kasseler Braten mit Remouladensauce, Nudelsalat und Salatgarnitur
	A1,G,1,3	A1,A3,C,F,G,I,J,1	A1,C,G,1	A1,G,1				G,1	A1,C,G,J,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 Verzehrt, 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=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 / Selleriezerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefel-dioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtierzeugnisse

DE NW
86018 EG

Die Nährwertangaben beziehen sich auf jeweils 100 g.

