



DIE FRISCHE KÜCHE

Bestelltelefon  
02361 9605414  
Frau Büttner - Herr Jaber

# SPEISEPLAN

KW 25

17.06.19 bis 23.06.19



	M1 Gut bürgerlich	M2 Diät - Menü	M3 feine Küche	M4 Spezial Gourmet	M5 Vegetarisch	M6 Eintopf & Pasta	M7 Salat & kaltes	M8 Süßspeise	M9 Abendbrot
<b>Montag</b> 17.06.2019	<b>Hähnchenfilet</b> in leckerer Sauce mit Möhregemüse und Salzkartoffeln ☺	<b>Kräuterbratwurst</b> in leckerer Sauce mit Möhren-Mais-Gemüse und Salzkartoffeln	<b>"Nasi Goreng"</b> Reis mit chinesischem Gemüse und zartem Hähnchenfleisch ☺	<b>Schweineroulade "Hausfrauen Art"</b> mit Gurkensauce, Rotkohl und Salzkartoffeln	<b>Gefüllte Paprikaschote</b> mit fruchtiger Tomatensauce und feinem Butterreis	<b>Leckere Kartoffelsuppe "Schlesische Art"</b> mit Krakauerwurst	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Kartoffelsalat und Senf	<b>Milchreis</b> mit heißen Kirschen ☺	<b>Herzhafter Rindfleischsalat</b> mit Brot und Butter
<b>Dienstag</b> 18.06.2019	<b>Wegebraten (Hackbraten)</b> in delikater Sauce mit Rosenkohl und Kartoffelpüree	<b>Hähnchenkeule</b> in Geflügelsauce mit Kohlrabigemüse dazu Salzkartoffeln ☺	<b>Gebackener Fleischkäse</b> in pikanter Sauce mit feinem Mischgemüse dazu Salzkartoffeln ☺	<b>Zartes Geflügelfilet "Alfredo"</b> in Käsecremensauce dazu Gemüsespaghetti ☺	<b>Chilli sin Carne</b> vegetarisches Chilli mit Reis	<b>Rigatoni "Pesto rosso"</b> mit Schinkenstreifen in Basilikumsauce dazu Gurkensalat mit Haus-Dressing ☺	<b>Thunfischsalat nach "Art des Hauses"</b> mit frischen Salaten und pikantem Hausdressing ☺	<b>Quarkstrudel</b> mit Vanillesauce ☺	<b>Gyrosbraten</b> mit Zaziki und Krautsalat
<b>Mittwoch</b> 19.06.2019	<b>Heiße Fleischwurst</b> mit Sauerkraut und Püree	<b>Geflügelrikadelle</b> in feiner Sauce mit zartem Kaisergemüse und Reis ☺	<b>Fischstäbchen</b> mit Rahmspinat und Kartoffelpüree ☺	<b>Herzhafter Spießbraten</b> auf Zwiebelgemüse dazu Paprikakartoffeln und Gurken-Radieschen-Salat	<b>Brokkoliröschen</b> mit gerösteten Mandeln in Sauce "Holländische Art" und Petersilienkartoffeln	<b>Möhreneintopf</b> mit zartem Rindfleisch ☺	<b>Caesar-Salat</b> Blattsalate mit Mais, Hähnchenfleisch und Croutons dazu Cocktaildressing	<b>Griesflammeri "Baden Baden"</b> mit Fruchtsoße ☺	<b>Eiersalat</b> mit Obstgarnitur und Weißbrot
<b>Donnerstag</b> 20.06.2019	<b>Zarter Schweinebraten</b> in milder Kümmel-Senf-Sauce mit Mischgemüse und Salzkartoffeln	<b>Gebackener Seelachs</b> mit fruchtiger Tomatensauce und Frühlingspüree ☺	<b>Bunte Kartoffelpfanne</b> mit Blattspinat und feinem Käse überbacken ☺	<b>Rinderschmorbraten</b> mit Sauce dazu Pariser Karotten und Kräuterkartoffeln	<b>Bunte Kartoffelpfanne</b> mit Blattspinat und feinem Käse überbacken	<b>Rohes Schlemmerbrot</b> Rindfleisch mit Petersilien und Käse Bechamelsauce dazu Nudeln	<b>Frikadelle</b> mit Nudelsalat und Senf	<b>Eierpfannkuchen</b> mit Rosinen und Apfelüllung dazu Vanillesauce ☺	<b>Sandwichteller</b> - leckere Sandwiches (Toast belegt) mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur
<b>Freitag</b> 21.06.2019	<b>Gemischte Vollkornspirelli (Spiralnudeln) "Bolognese"</b> vom Rind und Geflügel dazu Gurkensalat ☺	<b>Kasselerücken</b> in brauner Sauce mit Schmorkraut und Kartoffelpüree	<b>Buntes Hühnerfrikassee</b> mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis ☺	<b>Seelachsfilet gedünstet</b> mit Kräuterbuttersauce, Blumenkohl und Möhren dazu Salzkartoffeln ☺	<b>Leckeres Paprikagemüse</b> mit Risotto (Reis)	<b>Frischer Sommereintopf</b> mit Geflügel Würsteinlage	<b>Frikadelle</b> mit Nudelsalat und Senf	<b>Sahnegrießbrei</b> mit Waldfrüchten ☺	<b>Fischplatte</b> nach Angebot mit Brot und Butter
<b>Samstag</b> 22.06.2019	<b>Pikantes Gulasch</b> vom Schwein mit Mischgemüse und Kartoffeln	<b>Kräftiger Hühnersuppeneintopf</b> mit buntem Gemüse	<b>Orientalischer Bulgur (tomatisiert)</b> dazu gebratenes Gemüse	<b>Zarter Schweinerückenbraten</b> in Rahmsauce mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln				<b>Milchreis</b> mit Zimtplausenkompott	<b>Gebratene Fleischbällchen</b> in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur
<b>Sonntag</b> 23.06.2019	<b>Wiener Sahneleber</b> mit Champignons, zartem Erbsengemüse und Butterpüree	<b>Rinderhacksteak</b> mit Pariser Karotten und Kartoffeln	<b>Tortellini "Vegetarische Art"</b> in fruchtiger Tomatensauce	<b>Lachsfilet</b> an Berner Sauce mit Kartoffeln dazu Blattspinat				<b>Germknödel</b> mit Vanillesauce	<b>Käseplatte "Winzer Art"</b> mit Weintrauben und Garnitur dazu Butter und Mischbrot

A & K Die frische Küche GmbH

Blitzkuhlenstrasse 152  
45659 Recklinghausen

www.die-frische-kueche.de

02361 / 96054-14 Telefon  
02361 / 96054-20 Fax



gut für  
Kindergarten  
und Schule  
geeignet



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

enthält: 1= Geschmacksverstärker; 2= Antioxidationsmittel; 3= Süßstoff; 4= Konservierungsstoff; 5= Farbstoff; 6= Geschwärtz; 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 / Fischerzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusserezeugnisse; [F]= Soja / Sojaerezeugnisse; [G]= Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose; [H]= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Haselnuss, H3= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecanuss, H6= Paranuss, H7= Pistazie, H8= Macadamianuss und H9= Queenslandnuss); [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeldioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtiereerzeugnisse; R= Rind, S= Schwein, F= Fisch, G= Geflügel, W= Wild, V= Vegetarisch, L= Lamm. Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Alle Menüs mit glutenhaltiges Getreide werden Ausschließlich mit Weizen zubereitet, ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht



Die Nährwertangaben beziehen sich auf jeweils 100 g.

www.die-frische-kueche.de