



DIE FRISCHE KÜCHE

Bestelltelefon 02361 9605414 Frau Büttner - Herr Jaber

# SPEISEPLAN

KW 27

01.07.19 bis 07.07.19



	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> 01.07.2019	Spaghetti "Bolognese" dazu Krautsalat ☺	Truthahngulasch mit Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln ☺	Schweinebraten in brauner Sauce mit buntem Mischgemüse und Kartoffeln ☺	Geschmortes Lammgulasch mit zarten Prinzessböhnchen und Salzkartoffeln	Grilltomate mit Gemüse und Bulgur	Herzhafter Weißkohl-Möhren-Eintopf mit zartem Rindfleisch	Zartes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat und Senf	Milchreis mit heißen Kirschen ☺	Herzhafter Rindfleischsalat mit Brot und Butter
<b>Dienstag</b> 02.07.2019	Königsberger Klopse in Kapernsauce dazu Butterkartoffeln und Rote Beete-Salat	Feiner Milchreis mit feinen Früchten und Zimt ☺	Geflügel-Schashlikpfanne mit Zwiebeln und Paprika dazu Reis	"Cordon Bleu" vom Schwein mit Bratensauce, Erbsengemüse und Kartoffeln	Rührei mit Rahmspinat und Püree ☺	Deftiger Erbsensuppe mit Würsteinlage ☺	Chefsalat mit Schinken, Käse und Ei, dazu Cocktail-Dressing	Germknödel mit Vanillesauce ☺	Gyrosbraten mit Zaziki und Krautsalat
<b>Mittwoch</b> 03.07.2019	Gebackener Leberkäse auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree	Gedünstetes Pangasiusfilet Juliengemüsesauce und Salzkartoffeln ☺	"Bifteki" Griechischer Hackbraten mit Hirten-Käse dazu Tomatenreis und Krautsalat	Geflügelfilets in Paprika-Sahne-Sauce mit Mais-Erbsengemüse und feinem Butterreis ☺	Kürbiscurry mit Reis	Spaghetti "Carbonara" Schinkenspeck in leckerer Käse-Sahne-Sauce dazu Karotten-Salat ☺	Salateller mit verschiedenen Rohkostsalaten, dazu Haus-Dressing	Sahnegrießbrei mit Hmbeeren ☺	Eiersalat mit Obstgarnitur und Weißbrot
<b>Donnerstag</b> 04.07.2019	Schweinerahmgulasch mit Champignons und Spiralnudeln dazu Rohkostsalat	Rinderfrikadelle in Kräutersauce mit feinem Erbsengemüse und Kartoffelpüree ☺	Gegrillte Hähnchenkeule auf Paprikagemüse dazu Kartoffeln ☺	Schweinerückenbraten in Sauce mit Bayrischkraut und Salzkartoffeln	Gemüsefrikadelle in Tomatensauce und Spiralnudeln	Rheinischer Kartoffeleintopf mit Kasselwürfel und frischem Poree	Hirten-Käse mit Tomate, Lauchstreifen, Zwiebeln und schwarzen Oliven, dazu Honig-Senf-Dressing	Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce ☺	Sandwichteller - leckere Sandwiches (Toast belegt) mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur
<b>Freitag</b> 05.07.2019	Bratwurst in Sauce mit Kohlrabi und Kartoffeln ☺	Putenbraten in Bratensauce mit feinem Rübengemüse und Kartoffeln	Geflügelbällchen in brauner Sauce dazu Gemüserais ☺	Gebratenes Schollenfilet "Finkenwerder Art" mit Speckstippe dazu warmer Kartoffelsalat	Gemüse-Kartoffel-Auflauf mit herzhaftem Käse überbacken	Geflügelhackfleisch-Pfanne mit mediterranem Gemüse und Bulgur	Salateller "Rustica" mit Weißkohl, Tomaten, Gurken, Möhrchen und Hackfleischbällchen, dazu Sauerrahm-Dressing	Beerengrütze mit Vanillesauce ☺	Fischplatte nach Angebot mit Brot und Butter
<b>Samstag</b> 06.07.2019	Spießbraten in würziger Zwiebelsauce mit Bohnengemüse und Paprikakartoffeln	"Trentiner Marktopf" Italienischer Gemüseeintopf mit zartem Schweinefleisch	Deftige Käsespätzle "Allgäuer Art" mit Zucchini-Möhren-Salat	Saftiger Rinderbraten in pikanter Sauce mit Romanesco, Blumenkohl, Karotten und Kartoffeln				Milchreis mit roter Grütze	Gebratene Fleischbällchen in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur
<b>Sonntag</b> 07.07.2019	Hähnchenragout mit Champignons, Spargel dazu Gemüserais	Schweinerückensteak in Rahmsauce mit zartem Kaisergemüse und Kartoffeln	"Ratatouille" Geschmortes Gemüse mit Langkorreis	Seehecht auf Kräutersauce mit Pariser Karotten und Kartoffeln				Heißer Apfelstrudel mit Vanillesauce	Käseplatte "Winzer Art" 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 Verzehrt. Die Kennzeichnung der Speisen erfolgt über die Menübezeichnung

enthält: 1= Geschmacksverstärker; 2= Antioxidationsmittel; 3= Süßstoff; 4= Konservierungsstoffe; 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 / Krebstiererezeugnisse; [C]= Eier / Eierzeugnisse; [D]= Fisch / Fischerzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusserezeugnisse; [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= Quenelandnuss); [I]= Sellerie / Sellerierezeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeldioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtiererezeugnisse; 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

