



Bestelltelefon
02361 9605414
Frau Büttner - Herr Jaber

SPEISEPLAN

KW 14
30.03.20 bis 05.04.20

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 30.03.2020	Hamburger Rinderfrikadelle in Pfefferrahmsauce mit Rotkohl und Kartoffeln ☺	Nürnberger Rostbratwürstchen auf Sauerkraut und Kartoffelpüree	Deftige Kohlroulade in Speck-Zwiebel-Sauce mit Salzkartoffeln	Gebratenes Hähncheninnenfilet in feiner Sauce mit Kartoffeln und Romanescogemüse ☺	Schweizer Kartoffelrösti mit zartem Blattspinat und Gorgonzolakesauce	Rosenkohlentopf mit Kartoffeln und Kasselwürfel	Wiener Würstchen mit Kartoffelsalat und Senf	Milchreis mit Erdbeer-Rhabarberkompott ☺	Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat
Dienstag 31.03.2020	Linseneintopf mit Geflügelbockwurst ☺	Bunte Gemüseplatte mit holländischer Sauce und Kräuterkartoffeln ☺	Geflügelkräuterbällchen in würziger Currysauce mit Mischgemüse und Reis ☺	Rheinischer Sauerbraten mit Gabelspaghetti und Apfelsmus	Gemüsebratwurst in pikanter Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln ☺	Gekochte Eier auf Rahmspinat und Salzkartoffeln ☺	Salateller mit Shrimps und Salaten der Saison mit French-Dressing	Eierpannkuchen mit Apfelkompott ☺	Schnittenteller fertig belegte Schnittchen mit Wurst und Käse und Garnitur
Mittwoch 01.04.2020	Bunte Reispfanne mit Hähnchenfleisch	Frikadelle auf Wirsinggemüse dazu Salzkartoffeln	Fischfilet "Naturell" in feiner Kernelsauce mit Zucchini und Kartoffeln ☺	Jägerschnitzel mit Butterkartoffeln und Möhrensalat ☺	Käsetortellini mit feiner Tomatenkräutersauce und Möhrensalat	Klassischer Möhreentopf mit Geflügel Würsteinlage ☺	Italienischer Tomatensalat mit Mozzarella-Käse, Olivenöl, Lauch, Zwiebeln und Oliven, dazu Kräuter-Dressing	Feiner Grießbrei mit roter Grütze ☺	Feine Sülze mit Remouladensauce, Garnitur und Brot
Donnerstag 02.04.2020	Frische Reibekuchen mit leckerem Apfelsmus ☺	"Gutsherrentopf" kräftiger Gemüsetopf mit Kasselersfleisch	Hamburger Heringsstipp in Sahne mit Apfel-Gurken-Würfeln dazu Petersilienkartoffeln	Rindersaftgulasch mit Apfelrotkohl und Kartoffelknödeln	Eieromelette mit Kräutersauce, zartem Brokkoligemüse und Salzkartoffeln	Herzhafte Gemüsebolognese mit Vollkornnudeln ☺	Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust und Joghurt-Dressing	Süße Milchnudeln mit heißen Kirschen ☺	Gebratene Hähnchenkeule mit Nudelsalat
Freitag 03.04.2020	Geflügel-Currywurst mit pikanter Curry-Tomatensauce und Reis dazu Rohkostsalat ☺	Fleischbällchen in pikanter Sauce mit Blumenkohlgemüse und Kartoffelpüree ☺	Chinesische Nudelpfanne mit zartem Hähnchenfleisch ☺	Feines Seefisch-Filet (Natur) in fruchtiger Zitronensauce mit Pariser Karotten und Petersilienkartoffeln ☺	Farfalle (Nudeln) in pikanter Pestosauce dazu Rohkostsalat	Schnibbelbohnen-Eintopf mit gewürfeltem Kasselers ☺	Griechischer Bauernsalat mit Tomate, Gurke, Zwiebeln und Hirten-Käse mit Balsamico-Dressing	Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelkompott ☺	Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur
Samstag 04.04.2020	Bunter Gemüseintopf der Saison mit Würstwürfeln	Feine Bratwurst in Sauce mit zartem Erbsen- und Möhrengemüse dazu Kartoffeln	Gemüseschnitzel mit Kräutersauce dazu Gemüseris ☺	Putenroulade in Estragonsauce mit Fingermöhren und Kartoffeln				Pfannkuchen mit Rosinen und Quarkfüllung dazu Zimtucker	Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" mit Garnitur und Brot
Sonntag 05.04.2020	Geflügel Cordon Bleu in feiner Sauce dazu Bohnengemüse und Kartoffeln	Elsässer Schweinebraten mit herzhaftem Steckrüben- und Kartoffeln	Buntes Gemüse-Ragout mit Möhren und Bohnen in Curry-Kokossauce dazu Reis	Schweinefilet in Champignonsauce mit Rotkohl und Spätzle				Quarkkekchen mit Vanillesauce	Kasseler Braten mit Remouladensauce, Nudelsalat und Salatgarnitur

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= 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 / Krebstierzeugnisse; [C]= Eier / Eierzeugnisse; [D]= Fisch / Fischzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusszeugnisse; [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= Queenslandruss); [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeldioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtierzeugnisse; 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

DE NW
86018 EG

Die Nährwertangaben
beziehen sich auf jeweils 100 g.

www.die-frische-kueche.de

