



DIE FRISCHE KÜCHE

Bestelltelefon 02361 9605414 Frau Büttner

# SPEISEPLAN

KW 43 19.10.20 bis 25.10.20

	M1 Gut bürgerlich	M2 Leichte Küche	M3 feine Küche	M4 Spezial Gourmet	M5 Vegetarisch	M6 Eintopf & Pasta	M7 Salat & kaltes	M8 Süßspeise	M9 Abendbrot
<b>Montag</b> 19.10.2020	Gebotrater Leberkäse mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Rinderbraten in Bratenjus mit zartem Bohnengemüse und Salzkartoffeln	Hähnchenschnitzel mit Paprikagemüse und Butterreis ☺	Schweizer Sahnegeschnetzeltes mit kleinen Möhren und Spätzle	Spaghetti "Funghi" Italiensche Nudeln in Pilzsauce und Olivenöl ☺	Möhrengemüse Hausfrauenart mit Fleischer-Frikadelle ☺	Zartes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat und Senf ☺	Milchreis mit heißen Kirschen ☺	Herzhafter Rindfleischsalat mit Brot und Butter
<b>Dienstag</b> 20.10.2020	Delikate Putenpfanne mit Gemüse und Butterreis ☺	Große Bratwurst in Bratenjus mit Apfelkohl und Kartoffeln	Schweinegulasch in pikanter Champignon-Rahm-Sauce dazu Spirellis	Zartes Hähnchenbrustfilet "Florentiner Art" auf Käsesauce mit Blattspinat und Nudeln ☺	Mini-Frühlingsrollen mit chinesischem Gemüse und feinem Wildreis ☺	Deftiger Grünkohleintopf mit gewürfeltem Kasseler ☺	Chefsalat mit Schinken, Käse und Ei, dazu Cocktail-Dressing	Gemknödel mit Vanillesauce ☺	Gyrosbraten mit Zaziki und Krautsalat
<b>Mittwoch</b> 21.10.2020	Currywurstpfanne mit frischen Zwiebeln und Reis ☺	Geflügel-Hackbraten in würziger Sauce mit Mischgemüse und Kartoffeln	Vollkom-Spaghetti "Tonno" Nudeln in leckerer Thunfischsauce dazu Möhrensalat ☺	Rindersauerbraten in delikater Sauce dazu Rotkohl und Kartoffelknödel	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln ☺	Chilli con Carne mit roten Bohnen und kömigem Reis	Salateller mit verschiedenen Rohkostsalaten, dazu Haus-Dressing	Griesflammeri "Baden Baden" mit Fruchtsöße ☺	Eiersalat mit Obstgarnitur und Weißbrot
<b>Donnerstag</b> 22.10.2020	Fischfrikadelle mit Ratatouille und Kartoffelpüree ☺	Belgischer Gemüseeintopf mit Geflügelbuckwurst ☺	Chicken-Nuggets mit Ketchupsauce, Reis und Krautsalat ☺	Spießbraten in Paprika-Rahm-Sauce mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln	Gedünstetes Gemüse mit Sauce "Holländische Art" dazu Petersilienkartoffeln	Bulgurpfanne mit Hirtenkäsewürfeln und mediterranem Gemüse	Hirten-Käse mit Tomate, Lauchstreifen, Zwiebeln und schwarzen Oliven, dazu Honig-Senf-Dressing	Sahnegrießbrei mit Waldfrüchten ☺	Sandwichteller-leckere Sandwiches (Toast belegt) mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur
<b>Freitag</b> 23.10.2020	Reibekuchen mit leckerem Apfelmus ☺	Feine Rinderfrikadelle in Sauce mit Kräutern der Provence dazu Karottenscheiben und Püree ☺	Kohlroulade in deftigem Zwiebel-Speck-Sauce mit Kartoffeln	Matjesfilet in Kräutermarinade, dazu Speckböhnchen und Butterkartoffeln	Vegetarische Tortellini mit fruchtiger Tomatensauce ☺	Eintopf von frischem Kohlrabi mit gebratenen Fleischklößchen	Salateller "Rustica" mit Weißkohl, Tomaten, Gurken, Möhren und Hackfleischbällchen, dazu Sauerrahm-Dressing	Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce ☺	Fischplatte nach Angebot mit Brot und Butter
<b>Samstag</b> 24.10.2020	Herzhaftes Saftgulasch vom Schwein mit Nudeln und Mischsalat	Holsteiner Kartoffelsupperr mit Würstleinlage	Schupfnudeln in leckerer Rahmsauce mit Champignons, Waldpilzen und frischen Kräutern	Gedünstetes Fischfilet auf Blattspinat mit Kräutersenfauce und Kartoffeln				Milchreis mit roter Grütze	Gebratene Fleischbällchen in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Camitur
<b>Sonntag</b> 25.10.2020	Thüringer Bratwurst in Sauce mit Wirsinggemüse und Kartoffeln	Zarte Hähnchenbrust in feiner Sauce dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln	Bandnudeln in leckerer Spinat-Käse-Sauce	Schweinesteak mit Grillgemüse und Rosmarinkartoffeln				Heißer Apfelstrudel mit Vanillesauce	Käseplatte "Winzer Art" mit Weintrauben und Camitur 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 Verzehrtag. Die Kennzeichnung der Speisen erfolgt über die Menübezeichnung

enthält: 1= Geschmacksverstärker, 2= Antioxidationsmittel, 3= Süßstoff, 4= Konservierungsstoffe, 5= Farbstoff, 6= geschwärzt, 7= Alkohol, 8= Formelstein, 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= Querslandnuss); [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

DE NW 86018 EG

Die Nährwertangaben beziehen sich auf jeweils 100 g.

