



DIE FRISCHE KÜCHE

Bestelltelefon 02361 9605414 Frau Büttner - Herr Jaber

SPEISEPLAN

KW 09 01.03.21 bis 07.03.21

	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 01.03.2021	Hamburger Rinderfrikadelle in Pfefferrahmsauce mit Rotkohl und Kartoffeln ☺	Nürnberger Rostbratwürstchen auf Sauerkraut und Kartoffelpüree	Deftige Kohlroulade in Speck-Zwiebel-Sauce mit Salzkartoffeln	Gebratenes Hähnchenfilet in feiner Sauce mit Nudeln und Romanescogemüse ☺	Schweizer Kartoffelröstli mit zartem Blattspinat und Gorgonzolakäsesauce	Rosenkohlentopf mit Kartoffeln und Kasselwürfel	Wiener Würstchen mit Kartoffelsalat und Senf	Milchreis mit Erdbeer-Rhabarberkompott ☺	Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat
Dienstag 02.03.2021	Linteneintopf mit Geflügelbuckwurst ☺	Bunte Gemüseplatte mit holländischer Sauce und Kräuterkartoffeln ☺	Geflügelkräuterbällchen in würziger Currysauce mit Mischgemüse und Reis ☺	Rheinischer Sauerbraten mit Gabelspaghetti und Apfelmus	Gemüsebratwurst in pikanter Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln ☺	Südländische Nudelpfanne mit Tomaten, Paprika und Auberginen	Salateller mit Shrimps und Salaten der Saison mit French-Dressing	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott ☺	Schnittenteller fertig belegte Schnittchen mit Wurst und Käse und Garnitur
Mittwoch 03.03.2021	Bunte Reispfanne mit Hähnchenfleisch	Frikadelle auf Wirsinggemüse dazu Salzkartoffeln	Fischfilet "Naturell" in feiner Korbelsauce mit Zucchini und Reis ☺	Jägerschnitzel mit Butterkartoffeln und Möhrensalat ☺	Käsetortellini mit feiner Tomatenkräutersauce und Möhrensalat	Gekochte Eier auf Rahmspinat und Salzkartoffeln	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 04.03.2021	Frische Reibekuchen mit leckerem Apfelmus ☺	"Gutsherrentopf" kräftiger Gemüsetopf mit Kasselerfleisch	Hamburger Heringsstipp in Sahne mit Apfel-Gurken-Würfel dazu Petersilienkartoffeln	Rindersaftglasch mit Apfelrotkohl und Kartoffelnudeln	Eieromelette mit Kräutersauce, zartem Brokkoligemüse und Salzkartoffeln ☺	Herzhafte Gemüseolognese mit Vollkornnudeln ☺	Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust und Joghurt-Dressing	Süße Milchnudeln mit heißen Kirschen ☺	Gebratene Hähnchenkeule mit Nudelsalat
Freitag 05.03.2021	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 Kasseler	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 06.03.2021	Bunter Gemüseeintopf der Saison mit Würstwürfeln	Feine Bratwurst in Sauce mit zartem Erbsen- und Möhregemüse dazu Kartoffeln	Gemüseschnitzel mit Kräutersauce dazu Gemüseris	Putenroulade in Estragonsauce mit Fingerringen und Kartoffeln				Pfannkuchen mit Rosinen und Quarkfüllung dazu Zimtucker	Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" mit Garnitur und Brot
Sonntag 07.03.2021	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 Verzehrtag. Die Kennzeichnung der Speisen erfolgt über die Menübezeichnung

enhält: 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 / Fischerzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusserezeugnisse; [F]= Soja / Sojaerzeugnisse; [G]= Milch / Milcherzeugnisse einsch. Lactose; [H]= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Haselnuss, H3= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecanuss, H6= Paranuss, H7= Pistazie, H8= Macadamianuss und H9= Queenstrandrus); [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeloxid 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.

