



DIE FRISCHE KÜCHE

Bestelltelefon 02361 9605414 Frau Büttner - Herr Jaber

SPEISEPLAN

KW 28 12.07.21 bis 18.07.21

	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 12.07.2021	Mini-Hacksteaks in Bratensauce dazu bunte Bohnen und Salzkartoffeln ☺	Geflügelleber in Zwiebel-Apfel-Sauce mit Kartoffelpüree und Möhrengemüse	Gefüllte Paprikaschote in Tomatensauce dazu Reis ☺	Lammerbraten vom Schwein in herzhafter Sauce dazu feines Kaisergemüse und Kartoffeln	Maultaschen "Vegetarisch" in Tomatensauce mit geriebenem Käse und Möhren-Rohkostsalat ☺	Spaghetti "Bolognese" dazu Gurkensalat ☺	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat und Senf	Milchreis mit heißen Kirschen ☺	Herzhafter Rindfleischsalat mit Brot und Butter
Dienstag 13.07.2021	Heiße Fleischwurst mit Sauerkraut und Püree	Schweinegulasch in Kräuterrahmsauce dazu bunte Gemüse und Kartoffeln	Gebratene Fleischbällchen vom Rind in Chillisauce und Reis dazu Wachbohnen-Salat ☺	Klassischer Sauerbraten in Rosinensauce mit Kartoffeln und Rotkohl	Bunte Tofu-Gemüsepfanne mit Kräutersauce und Karottenpüree	Pichelsteiner Eintopf mit frischem Gemüse und Rindfleischinlage	Thunfischsalat nach "Art des Hauses" mit frischen Salaten dazu French-Dressing	Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce ☺	Gyrosbraten mit Zaziki und Krautsalat
Mittwoch 14.07.2021	Feiner Gemüse Eintopf mit Huhn	Bratwurst in Sauce mit feinem Mischgemüse und Kartoffeln ☺	Fischstäbchen mit Tomatensauce dazu Kartoffelpüree ☺	"Piccata Napoli" zartes Geflügelschnitzel mit Tomatenspaghetti ☺	Gebratenes Gemüse in gelber Currysauce mit Reis	Mexikanischer Bohneneintopf mit Rauchfleisch	Caesar-Salat Blattsalate mit Mais, Hähnchenfleisch und Croutons dazu Joghurt Dressing	Griesflammerl "Baden Baden" mit Fruchtsoße ☺	Eiersalat mit Obstgarnitur und Weißbrot
Donnerstag 15.07.2021	Geflügel-Schachlikpfanne mit Paprika und Zwiebeln dazu Reis	Fischfilet (Natur) auf feiner Kräuterbuttersauce dazu Brokkoligemüse und Salzkartoffeln	Spirellis (Nudeln) mit Tomaten-Schinkensauce dazu Rohkostsalat ☺	Filetöpfchen Hähnchen und Schweinefilet in Pilzrahmsauce dazu Gemüse und Kartoffeln	Drillinge mit Schale dazu Schnittlauchquark ☺	Deftiger Erbseneintopf mit Bockwurst ☺	Frikadelle mit Nudelsalat und Senf	Germknödel mit Vanillesauce ☺	Sandwichteller - leckere Sandwiches (Toast belegt mit verschiedenen Sorten Beleg und Garnitur)
Freitag 16.07.2021	Wiener Würstchen mit Sauerkraut und Petersilienkartoffeln ☺	Gekochte Eier in Senfsauce Kräuterpüree dazu Sellerie-Möhrensalat ☺	Hähnchenfleisch süß sauer mit Chinagemüse und Reis ☺	Hoki-Fischfilet in leckerer Kräutersauce dazu feine Erbsen und Kartoffeln ☺	Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf mit feinen Kartoffelblättchen und Käse überbacken ☺	Rheinischer Kartoffeleintopf mit Kasseler und frischem Porree	Elsässer-Salat , Eisbergsalat, Radicchio und Chinakohl, Tomaten, Zwiebeln und Käsestreifen, dazu Essig-Öl-Dressing	Sahnegrüßbrot mit Waldfrüchten ☺	Fischplatte nach Angebot mit Brot und Butter
Samstag 17.07.2021	Herzhafter Kasseleracker in Apfelsauce mit Rotkohl und Kartoffeln	Klassischer Möhre Eintopf mit pikanter Rinderfrikadelle	Vollkornnudeln mit Gemüseratatouille	Gebratene Hähnchenbrust in feiner Sauce mit Paprikakartoffeln und Blattspinat				Milchreis mit roter Grütze	Gebratene Fleischbällchen in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur
Sonntag 18.07.2021	Gefüllte Hackfleischrolle in Rahmsauce mit herzhaftem Rüben- und Möhrengemüse und Nudeln	Schweinebraten in milder Kümmel-Senf-Sauce mit Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln	Kaiserschmarrn mit Vanillesauce	Lammragout in Provençalsauce, dazu grüne Bohnen 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



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 / Krebstiererzeugnisse; [C]= Eier / Eierzeugnisse; [D]= Fisch / Fischerzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusserezeugnisse; [F]= Soja / Sojaerzeugnisse; [G]= Milch / Milcherzeugnisse einschli. Lactose; [H]= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Haselnuss, H3= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecannuss, H6= Paranuss, H7= Pistazie, H8= Macadamianuss und H9= Queenstandnuss); [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeldioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtiererzeugnisse; 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.

