



Bestellung einfach per E-Mail:
info@die-frische-kueche.de

SPEISEPLAN

KW 23
01.06.26 bis 07.06.26



A & K Die frische Küche GmbH

Blitzkuhlenstrasse 152
45659 Recklinghausen

www.die-frische-kueche.de

02361 / 96054-0 Telefon
02361 / 96054-20 Fax

	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 01.06.2026	"Makkaroni al Forno" Hackfleischsauce dazu Käsemakkaroni	Geflügelsteaks in feiner Sauce mit Mischgemüse und Langkornreis	Wirsingroulade "Hausmacher Art" in Specksauce dazu Kartoffeln	Fleischpfanne "Hubertus" mit Rotkohl und Kartoffelköse	Klassisches Eieromelette mit feinem Rahmspinat und Salzkartoffeln	Krätiger Rindfleischsuppentopf mit reichlich frischem Gemüse	Pizzafrikadelle mit Kartoffelsalat und Salatgarnitur	Milchreis mit Erdbeer- Rhabarberkompott	Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat	
	A1,G,I	A1,G,I	A1,L,3	A1,G,I,1,3,8	A1,C,G,I,1,7	A1,I,1	A1,C,G,J,1,3,8	G,1	C,G,J,1,3,8	
Dienstag 02.06.2026	Buntes Hühnerfrikassee mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis	Frischer Markteintopf mit feiner Geflügel-Wiener	Schweinebraten in deftiger Sauce mit feinem Bohnenmischgemüse dazu Salzkartoffeln	Schweineschnitzel in Paprikasauce mit Kräuterkartoffeln dazu Krautsalat	Gemüse-Köttbullar mit Käselachsauce und Bulgur	Rigatoni "al Arrabiata" mit Oliven und Paprika in pikanter Tomatensauce	Bunter Salatmix mit Bratenstreifen dazu Senf- Dill- Dressing	Feiner Grießbrei mit roter Grütze	Schnittenteller fertig belegte Schnittchen mit Wurst und Käse und Garnitur	
	A1,G,I,3	A1,I,2,3	A1,I,1	A1,C,J,I,1,3,8	A1,C,G,I,1	A1,I,1,8	C,G,J,1,3,8	A1,G,1	A1,A2,G,1,3,7	
Mittwoch 03.06.2026	Westfälische Dicke Bohnen mit Mettwurst und Salzkartoffeln	Geflügelrikadelle in Sauce mit zartem Kohlrabi und Reis	Seelachsfilet in fruchtiger Tomatensauce dazu Farfalle Nudeln	Rinderzwiebelbraten in Sauce mit Rotkohl und Röstiecken	Vegetarische Currywurst mit Naturreis und Zucchinisalat	Leckerer Möhreintopf mit frischen Gartenkräutern und Geflügelbällchen	Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust und Joghurt- Dressing	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott	Feine Süße mit Remouladensauce, Garnitur und Brot	
	A1,F,G,I,1,3	A1,C,G,I,1,4	A1,D,I	A1,J,1,3,8	A1,C,F,G,I,1,8	A1,C,I,1	A1,F,G,3	A1,C,G,3	A1,A2,C,G,J,3,8	
Freitag 05.06.2026	Frische Reibekuchen mit leckerm Apfelmus	Gebackener Fleischkäse auf Spinat und Kartoffelpüree	Saftiges Schweinegulasch mit Erbsen- und Maisgemüse dazu Vollkorn-Spiralnudeln	Paniertes Seelachsfilet in milder Senfsauce mit Pariser Karotten und Reis	Champignons "a la Creme" mit kleinen Bandnudeln	Altdeutscher Stielmuseintopf mit Schweinefleischwürfeln	Schweizer Wurstsalat mit Käsestreifen, Brot, Butter und Salatgarnitur	Feiner Milchreis mit Zimt- zucker und Apfelkompott	Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur	
	A1,C,3	A1,G,I,1,3,7	A1,G,I	A1,D,G,I,1	A1,G,I,1	A1,I,1	A1,A2,G,2,7,8	G,3	A1,2,3	
Samstag 06.06.2026	Schweinerückenbraten in Bratensauce mit zartem Blumenkohl und Salzkartoffeln	Linseintopf mit Geflügel Wiener	Vegetarischer Gemüsebratling auf Karottensauce mit Erbsenpüree	Hähnchensteaks mit Barbecuesauce, Reis und Krautsalat					Bergische Waffel mit heißen Kirschen	Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" mit Garnitur und Brot
	A1,I,1	I,2,3	A1,C,G,I,1	A1,C,J,1,3,8					A1,C,F,G,1	A1,A2,C,G,J,1,2,3,7,8
Sonntag 07.06.2026	Gefüllte Hackfleischrolle in Rahmsauce mit herzhaftem Rübenmischgemüse und Nudeln	Putengeschnetzeltes mit Brokkoli und Langkornreis	Käsemakkaroni mit Tomaten- Basilikumsauce	Gefüllte Rinder-Roulade "Hausfrauen Art" in Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln					Eierpfannkuchen mit gebratenem Apfel und Vanillesauce	Kasseler Braten mit Remouladensauce, Nudelsalat und Salatgarnitur
	A1,G,I,8	A1,G,I	A1,G,I	A1,J,1,8					A1,C,G,1	A1,C,G,J,1,3,8

1=mit Farbstoff; 2=mit Konservierungsstoff; 3= mit Antioxidationsmittel; 4=mit Geschmacksverstärker; 5=geschwärzt; 6=gewachst; 7=mit Phosphat; 8=mit Süßungsmittel(n); 9=Aspartam- Phenylalaninquelle; 10=geschwefelt; 11=coffeinhaltig; 12=chihinhaltig; [A]= Glutenhaltiges Getreide (A1= Weizen, A2= Roggen, A3= Gerste, A4= Hafer, A5= Dinkel, A6= Kamut oder A7= Hybridstämme davon); [B]= Krebstiere / Krebstierzerzeugnisse; [C]= Eier / Eierzeugnisse; [D]= Fisch / Fischerzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusszerzeugnisse; [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= Queenslandnuss); [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeloxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtierzeugnisse

DE NW
86018 EG

Die Nährwertangaben
beziehen sich auf jeweils 100 g.