

# Alte Küche

Büro : 0179 4361469  
 Öffnungszeiten: 8.00 - 14.00 Uhr  
 Mail: FraicheCuisineBielefeld@gmail.com



# Fraiche Cuisine

Vom 24.03 bis 28.03.2025

KW: 13

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeisen	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Tomaten-Salat <sup>z</sup>	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Gurken-Mais-Salat <sup>z</sup>	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Rote Beete-Apfel-Salat <sup>z</sup>	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Weißkohlsalat <sup>z</sup>	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Kichererbsen-Salat <sup>z</sup>
Hauptgericht 1	Pasta <sup>a</sup> Carbonara <sup>d</sup> (Geflügelschinken)	Kibbelinge <sup>a1 c e e g</sup> mit Kräuterquarkdip <sup>d g e</sup>	Hähnchenkeule mit Curry- Rahm-Soße <sup>d</sup>	Gyros-Pfanne (Geflügel) mit Tzatziki	Hackfleisch-Käse-Lauch Suppe <sup>d</sup>
Hauptgericht 2 (Vegetarisch)	Pasta <sup>a</sup> mit Käse-Krauterdip <sup>e</sup>	Falafelbällchen <sup>a1</sup> mit Kräuterquarkdip <sup>d g e</sup>	Vegetarische Nuggets <sup>e</sup> mit Curry-Rahm-Soße <sup>d</sup>	Ital. gemüsepfanne (Tomaten, Paprika, Möhren, Aubergine, Zucchini) mit Tzatziki	Minestrone (Möhren, Kohlrabi, Porree, Erbsen)
Gemüse		Erbsen	Blumenkohl		
Beilagen	Nudeln <sup>a</sup>	Reis	Kartoffeln	Reis	Brötchen <sup>a</sup>
Nachspeise 1	Bananen-Joghurt <sup>e z</sup>	Kartoffeln	Nudeln <sup>a</sup>	Kartoffeln	
Nachspeise 2	Frisches Obst <sup>1</sup>	Schoko-Kuchen <sup>e a</sup>	Pfirsich-Creme <sup>e z</sup>	Nudeln <sup>a</sup>	Orangen-Creme <sup>e z</sup>
Alternativen		Frisches Obst <sup>2</sup>	Frisches Obst <sup>4</sup>	Frisches Obst <sup>5</sup>	Frisches Obst <sup>3</sup>

**Wir bieten auch Laktose- und Glutenfreies Essen an. Allergiker werden berücksichtigt.**

1 Farbstoffe | 2 Konservierungsstoffe | 3 Antioxidationsmittel | 4 Geschmacksverstärker | 5 Schwefeldioxid | 6 Schwärzungsmittel | 7 Phosphat | 8 Milchweiß | 12 Taurin | 13 Phenylalaninquelle | 14 Süßungsmittel  
 a Glutenhaltiges Getreide (nicht weiter gekennzeichnetes Getreide gilt als a1 Weizen) a2 Roggen a3 Hafer a4 Dinkel b Eier | c Fisch | d Soja | e Milch (Laktose) | f Schalenfrüchte - | f1 Mandeln | f2 Haselnüsse | f3 Walnüsse | f9 Sellerie | h Senf | i Sesamsamen | l Echinäse | n Lupinen | x Weichhäute | y Krebstiere | z Schwefeldioxid und Sulfite

**Hinweis zum Haftungsausschluss:**

Die Angaben über die Inhaltsstoffe der Speisen beruhen auf Informationen, die wir von den Herstellern und Lieferanten erhalten. Aufgrund der Produktvielfalt der Hersteller ist es möglich, dass es zu Kreuzkontaminationen kommt und auch Anteile von nicht aufgeführten Inhaltsstoffen in den Produkten als Spuren enthalten sind. Die hier aufgeführten Angaben beziehen sich auf die rezeptübigen, verwendeten Zutaten. In unserem Betrieb werden verschiedene Zutaten teilweise gleichzeitig verwendet. Trotz gründlicher Reinigung zwischen allen Arbeitsschritten kann nicht vermieden werden, dass es zu Kreuzkontaminationen kommt. Es kann daher nicht ausgeschlossen werden, dass in den angebotenen Speisen neben den gekennzeichneten Zutaten noch Spuren anderer Inhaltsstoffe enthalten sind. Eine Haftung für eine vollständige Aufzählung der aufgeführten Inhaltsstoffe wird daher ausgeschlossen.  
**Änderungen vorbehalten!**

**Änderungen vorbehalten!**

**Wichtig!**  
**Aktuelle Allergenaussage**  
**auf täglichem Lieferschein**