



# Fraiche Cuisine

*Ahle Wische*

Vom 15.04 bis 19.04.2024

KW: 16



Büro: 0179 4361449  
 Öffnungszeiten: 8.00 - 14.00 Uhr  
 Mail: FraicheCuisineBielefeld@gmail.com

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeisen	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Eisbergsalat mit Gurken *	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Bunter Maissalat <sup>21</sup> *	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Couscous-Salat *	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Tomaten-Salat *	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Paprika-Chinakohl-Salat *
Hauptgericht 1	Pasta * Carbonara * (Geflügelschinken)	Kibbelinge <sup>21</sup> * <sup>29</sup> mit Kräuterquarkdip <sup>52</sup>	Hähnchenkeule mit Curry-Rahm-Soße <sup>6</sup>	Rinderfrikadelle <sup>a,b</sup> in Tomatensoße	Hackfleisch-Käse-Lauch Suppe
Hauptgericht 2 (Vegetarisch)	Pasta * mit Käse-Krautersoße *	Falafelbällchen <sup>21</sup> mit Kräuterquarkdip <sup>52</sup>	Vegetarische Nuggets * mit Curry-Rahm-Soße <sup>6</sup>	Gemüsefrikadelle <sup>a,b</sup> (Möhren, Kohlrabi, Paprika) an Tomatensoße	Minestrone (Möhren, Kohlrabi, Porree, Erbsen)
Gemüse	Nudeln *	Erbsen Reis Kartoffeln Nudeln	Paprika-Maisgemüse Kartoffeln Reis Nudeln *	Möhren Nudeln *	Brüchen *
Belagen					
Nachspeise 1	Knusperjoghurt <sup>21</sup>	Schokokuchen <sup>21</sup>	Pfirsichjoghurt <sup>21</sup>	Vanillequark <sup>21</sup>	Grißbrei <sup>21</sup>
Nachspeise 2	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst
Alternativen	1	3	5	7	9

**Änderungen vorbehalten!**

**Wichtig!**  
 Aktuelle Allergenaussage auf täglichem Lieferschein

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

**Hinweise zum Haltungsverhalten:**  
 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 rezepturgenauen 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 angegebenen 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!

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

**Änderungen vorbehalten!**

**1 Farbstoffe | 2 Konservierungsstoffe | 3 Antioxidationsmittel | 4 Geschmacksverstärker | 5 Schwefeldioxid | 6 Schwarzfärbemittel | 7 Phosphor | 8 Milcheiweiß | 12 Taurin | 13 Phosphorsäure | 14 Süßungsmittel**  
<sup>a</sup> Quarzhaltiges Gewebe (nicht-essbar) | <sup>b</sup> GVO-freies Getreide | <sup>c</sup> GVO-freies Fleisch | <sup>d</sup> GVO-freies Gemüse | <sup>e</sup> GVO-freies Obst | <sup>f</sup> GVO-freies Eiweiß | <sup>g</sup> GVO-freies Salz | <sup>h</sup> GVO-freies Fett | <sup>i</sup> GVO-freies Getreide | <sup>j</sup> GVO-freies Getreide | <sup>k</sup> GVO-freies Getreide | <sup>l</sup> GVO-freies Getreide | <sup>m</sup> GVO-freies Getreide | <sup>n</sup> GVO-freies Getreide | <sup>o</sup> GVO-freies Getreide | <sup>p</sup> GVO-freies Getreide | <sup>q</sup> GVO-freies Getreide | <sup>r</sup> GVO-freies Getreide | <sup>s</sup> GVO-freies Getreide | <sup>t</sup> GVO-freies Getreide | <sup>u</sup> GVO-freies Getreide | <sup>v</sup> GVO-freies Getreide | <sup>w</sup> GVO-freies Getreide | <sup>x</sup> GVO-freies Getreide | <sup>y</sup> GVO-freies Getreide | <sup>z</sup> GVO-freies Getreide