



Fraiche Cuisine

Vom 05.05 bis 05.09.2025

KW: 19



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

Alle Kieche

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeisen	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Grüner Bohnensalat ^z	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Rote Beete-Apfel-Salat ^z	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Gurken-Salat ^z	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Möhrensalat ^z	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Couscous-Salat ^{a d z}
Hauptgericht 1	Pasta ^a mit Käse-Schinkensoße ^{e d} (Geflügel)	Rinderfrikadelle mit Tomatensoße ^{d e}	Kibbelinge mit Dill-Soße ^{a1 c e g}	Hähnchenschnitzel Natur in fruchtiger Curry Soße ^{d g}	Lintensuppe mit Geflügelhackbällchen ^g
Hauptgericht 2 (Vegetarisch)	Pasta ^a Käsesoße ^{e d}	Gemüse-Frikadelle mit Tomatensoße ^{d e}	Falafelbällchen ^{a1} mit Dill-Soße ^{e g}	Gemüseschnitzel ^{a g} in fruchtiger Curry Soße ^{d g}	Lintensuppe ^g
Gemüse	Erbsen	Rotkohl	Spinat	Brokkoli	
Beilagen	Makkaroni ^{a b}	Reis Nudeln ^a Kartoffeln	Kartoffelbrei ^e Reis Nudeln ^a	Kartoffeln Nudeln Reis	Brötchen ^a
Nachspeise 1	Waldbeeren-Quark ^{e k}	Straciatella-Joghurt ^e	Schoko-Creme ^e	Erdbeer-Joghurt ^{e z}	Blaubeer-Creme ^{e z}
Nachspeise 2	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst
Alternativen	1	2	4	5	3

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

Änderungen vorbehalten!

Wichtig!
 Aktuelle Allergenaussage auf täglichem Lieferschein

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 rezeptgemäß verwendeten Zutaten. In unserem Betrieb werden verschiedenste 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!

1 Farbstoffe | **2** Konservierungsstoffe | **3** Antioxidationsmittel | **4** Geschmacksverstärker | **5** Schwefeldioxid | **6** Schwärzungsmittel | **7** Phosphat | **8** Milcheiweiß | **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 - **11** Mandeln **12** Haselnüsse **13** Walnüsse **14** Sellerie | **h** Senf | **l** Sesamsamen | **l** Erdnüsse | **n** Lupinen | **x** Weichtiere | **y** Krebstiere | **z** Schwefeldioxid und Sulfite