

# Fraîche Cuisine

Vom 12.01. - 16.01.2026

KW: 03



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeisen	Röhkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)	Röhkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)	Röhkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)	Röhkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)	Röhkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)
Hauptgericht 1	Grüner Bohnensalat <sup>a z</sup>	Rohe Beete-Apfel-Salat <sup>a z</sup>	Gurken-Mais-Salat <sup>a z</sup>	Möhrensalat <sup>a z</sup>	Couscous-Salat <sup>a d z</sup>
Hauptgericht 2 (Vegetarisch)	Mildes Indisches Butter Curry <sup>e</sup>	Mildes Indisches Butter Chicken Curry <sup>e</sup>	Griechischer "Stifado"-Eintopf mit Rinderhack	Seelachsschnitzel mit Schnittlauch-Sauce <sup>e</sup>	"Calabrese"-Pesto-Rahmsauce und Hähnchen
Gemüse	Broccoli	Brötchen <sup>a</sup>	Veggie Knusperschnitzel mit Schnittlauch-Sauce <sup>e</sup>	"Calabrese"-Pesto-Rahmsauce und Zucchini	Schwedische Fleischbällchen (veggie) mit Bratensauce
Beilagen	Kartoffeln	Wedges	Spinat	Nudeln <sup>a</sup>	Erbse
Nachspeise 1	Nudeln <sup>a</sup>	Reis	Reis	Kartoffelpüree <sup>e</sup>	Nudeln <sup>a</sup>
Nachspeise 2	Waldbeeren-Quark <sup>e z</sup>	Straciatella-Joghurt <sup>e</sup>	Schoko-Creme <sup>e</sup>	Erdbeer-Joghurt <sup>e z</sup>	Blaubeer-Creme <sup>e z</sup>
Alternativen	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst
	1	2	4	5	3

Wir bieten auch laktose- und glutenfreies Essen an. Allergiker werden berücksichtigt.

## Änderungen vorbehalten!

<sup>1</sup> Farbstoffe | <sup>2</sup> Konservierungsstoffe | <sup>3</sup> Antioxidationsmittel | <sup>4</sup> Geschmacksverstärker | <sup>5</sup> Schwefeldioxid | <sup>6</sup> Schwärzungsmittel | <sup>7</sup> Phosphat | <sup>8</sup> Milcheiweiß | <sup>12</sup> Taurin | <sup>13</sup> Phenylalaninquelle | <sup>14</sup> Süßungsmittel

<sup>a</sup> Glutenhaltiges Getreide (nicht weiter gekennzeichnetes Getreide gilt als <sup>a</sup> Weizen) <sup>a2</sup> Roggenv. <sup>a3</sup> Hafer <sup>a4</sup> Dinkel <sup>a5</sup> Eier <sup>a6</sup> Soja <sup>a7</sup> Milch (Laktose) <sup>a8</sup> Schalenfrüchte - <sup>a9</sup> Mandeln <sup>a10</sup> Haselnüsse <sup>a11</sup> Walnüsse <sup>a12</sup> Sesamsamen <sup>a13</sup> Erdnüsse <sup>a14</sup> Lupinen <sup>a15</sup> Weichtiere <sup>a16</sup> Krebsz. <sup>a17</sup> 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 rezepturgemäß 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 Auflistung der aufgeführten Inhaltsstoffe wird daher ausgeschlossen.

Änderungen vorbehalten!

Wichtig!  
 Aktuelle Allergenaussage  
 auf täglichem Lieferschein