



Fraiche Cuisine

Vom 07.01. - 09.01.2026



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

FERIEN

		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Vorspeisen		Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)		Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)		Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)		Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)		Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi)	
		FERIEN		FERIEN		Blatt-Salat mit Radieschen ^z und Joghurdressing ^e		Bunter-Reissalat ^z (Mais, Paprika, Gurken)		Coleslaw ^{ze}	
Hauptgericht 1		Kartoffelgemüse-Auflauf ^e mit Geflügelschinken		Pizza mit Geflügelsalami		Kartoffel-Würstchen-Gulasch mit Sour Cream ^e		Paella - Reis mit knackigem Gemüse, Hähnchenstreifen und Aioli		Rinderhacksteak mit Aioli(milder Paprikadip)	
Hauptgericht 2 (Vegetarisch)		Kartoffelgemüse-Auflauf ^e		Pizza Margherita		Kartoffel-Gemüse-Gulasch mit Sour Cream ^e		Paella - Reis mit knackigem Gemüse und Aioli		Veggie Bratling ^a mit Aioli (milder Paprikadip)	
Gemüse											
Beilagen						Brötchen ^a				Mediterranes Gemüse	
										Bulgur	
Nachspeise 1		Knusper-Joghurt ^{ae}								Reis	
Nachspeise 2		Frisches Obst		Vanille-Pudding ^e		Mango-Creme ^{ez}		Apfel-Birne-Quark ^{ez}		Kartoffeln	
Alternativen				Frisches Obst		Frisches Obst		Frisches Obst		Doppelkeks ^{abgell}	
						6		10		Frisches Obst	
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 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 - f1 Mandeln f2 Haselnüsse f3 Walnüsse g Sesame h Senf i Sesamsamen L Erdnüsse n Lupinen x Weizen 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 rezeptgemäße 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!											
Wichtig! Aktuelle Allergenaussage auf täglichem Lieferschein											