

# AK KÜCHE

## Fräiche Cuisine

20.04. - 24.04.2026

KW 17



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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeisen	Gurkensalat <sup>z</sup>	Kohlrabi-Paprika-Salat <sup>z</sup>	Mais-Tomaten-Salat <sup>z</sup>	Bulgur Salat <sup>a1k</sup>	Krautsalat <sup>z</sup>
Hauptgericht 1	Schupfnudeln <sup>ab</sup> mit Vanillesauce <sup>e</sup>	Seelachswürfel <sup>e</sup> in Dillsauce <sup>e</sup>	Currywurst-Reispfanne mit Erbsen in fruchtiger Sauce	Käse-Lauch-Suppe <sup>e</sup> mit Hackfleisch	Bunte Gemüselasagne <sup>ae</sup>
Hauptgericht 2 (Vegetarisch)		Zucchiniwürfel in leichter Rahm-Kräutersauce <sup>e</sup>	Fruchtige Gemüse-Reis-Pfanne mit veggie Chunks	Käse-Lauch-Suppe <sup>e</sup>	Spinatlasagne <sup>ea</sup>
Gemüse		Mischgemüse Salzkartoffeln		Brot <sup>a</sup>	
Beilagen		Reis Nudeln			
Nachspeise 1		Straciatella-Creme <sup>e</sup>	Orangen-Quark <sup>ez</sup>	Vanille-Creme <sup>e</sup>	Joghurt mit Knusper <sup>ea</sup>
Nachspeise 2	Frisches Obst <sup>v</sup>	Frisches Obst <sup>v</sup>	Frisches Obst	Frisches Obst <sup>v</sup>	Frisches Obst
Alternativen	6	7	8	9	10

**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 Traurin | 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 Sellerie | h Senf | j Sesamsamen | l Erdnüsse | n Lupinen | x Weichtiere | 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, verwendete Zubereitung. 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!

**Änderungen vorbehalten!**

**Wichtig!**  
 Aktuelle Allergenaussage  
 auf täglichem Lieferschein