

Ahle Küche

Fraiche Cuisine

18.05. - 22.05.2026

KW21



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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeisen	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Gurkensalat ^z	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Kohlrabi-Paprika-Salat ^z	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Mais-Tomaten-Salat ^z	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Bulgur Salat ^{a1k}	Rohkost (Möhren, Gurken, Paprika, Kohlrabi) Krautsalat ^z
Hauptgericht 1	Kartoffelpuffer mit Apfeimus, Zimt & Zucker	Knuspriges Fischfilet ^e mit Kräuterquark ^e	Pasta ^a mit Paprika-Tomaten-Pesto	Rotes Linsensüppchen mit Suck ^e	Bunte Gemüselasagne ^e
Hauptgericht 2 (Vegetarisch)		Veggie Gemüse-Gouda-Stäbchen ^a mit Kräuterquark ^e	Pasta ^a mit Gemüse-Ragout	Rotes Linsensüppchen	Spinatlasagne ^e
Gemüse		Mischgemüse Salzkartoffeln		Brot ^a	
Beilagen		Reis Nudeln			
Nachspeise 1		Straciatella-Creme ^e	Orangen-Quark ^{a z}	Vanille-Creme ^e	Joghurt mit Knusper ^{ea}
Nachspeise 2	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst	Frisches Obst
Alternativen	6	7	8	9	10

Änderungen vorbehalten!

Wichtig!
 Aktuelle Allergenaussage
 auf täglichem Lieferschein

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 | ⁹ Taurin | ¹⁰ Phenylalaninquelle | ¹¹ 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 - | g Mandeln | h Haselnüsse | i Sesam | j | k
 Sesamsamen | l Erdnüsse | n Lupinen | x Weichtiere | y Krebstiere | z Schwefeldioxid und Sulfid

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 verschiedene Zutaten teilweise gleichzeitig verwendet. Trotz gründlicher Reinigung zwischen allen Arbeitsschritten kann nicht vernieden werden, dass es zu Kreuzkontaminationen kommt. Es kann daher nicht ausgeschlossen werden, dass in den angebotenen Speisen Spuren anderer Inhaltsstoffe enthalten sind. Eine Haftung für eine vollständige Anzahlung der aufgeführten Inhaltsstoffe wird daher ausgeschlossen.
 Änderungen vorbehalten!