



SPEISEPLAN

MENÜ EXPRESS
die frische Küche

MENÜ EXPRESS GmbH
Brandgasse 67
06463 Falkenstein OT Meisdorf
Telefon: 034743 939 70
Telefax: 034743 533 38
E-Mail: meisdorf@menuexpress.de

Name: _____
Vorname: _____
Kundennummer: _____
Unterschrift: _____

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Kaltmenü		M1	M2	M3	KM	Salat*
01.03.2023	Westfälischer Bohneneintopf mit Rindfleisch, Erdbeerjoghurt ^{1, A, A1}	Brokkoli-Nuss-Ecke mit Soße "Holländische Art" und Kartoffeln, Erdbeerjoghurt ^{A, A1, A3, D, G, G2, G4, B, C}	Makkaroni mit Jagdwurstwürfel in Tomatensoße und geriebenen Käse Erdbeerjoghurt ^{A, A1, 4, 5, 6, A, A1, E, 4, B, C}	Bagel mit Frischkäse, Putenaufschnitt und Weißkraut-salat ^{A, A1, 2, 4, 5, 6, A, A1, A4, C, O}	01.03.2023	Mittwoch				1 2 3
02.03.2023	Bärlauch-Kartoffelcremesuppe mit Gemüseeinlage, Obst ^{C, D}	Blumenkohl-Gemüsecurry mit Reis, Obst ^{A, A1, C}	Schweineschnitzel mit brauner Soße, Kohlrabi und Kartoffeln, Obst ^{A, A1, 1, A, A1}	Wrap mit Gemüse und Balkankäse ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E}	02.03.2023	Donnerstag				1 2 3
03.03.2023	Bunte Gerstensuppe ^{A, A4, D}	Hähnchenrahm-geschnetzeltes mit Bunten Nudeln ^{1, A, A1, C, A, A1}	Fischburger mit Petersiliensoße, Kartoffelbrei und Weißkraut-Rohkost ^{A, A1, C, F, A, A1, C, 5, C, 4, 5}	Salami-Käse-Baguette mit Gurke und Tomate ^{1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E}	03.03.2023	Freitag				1 2 3
06.03.2023	Veg. Minestrone (ital. Nudelsuppe mit Gemüse), Birnenkompott ^{A, A1, B, D}	Puddingsuppe mit Vanillegeschmack und Milchbrötchen, Birnenkompott ^{1, C, A, A1, B, C}	Gebr. Hähnchenbrust mit Kräuter-Frischkäsesoße C und Gemüserais, Birnenkompott ^{A, A1, C, 5, C}	Wrap mit Thunfischcreme, Salat und frischen Zwiebeln ^{A, A1, C, F}	06.03.2023	Montag				1 2 3
07.03.2023	Soljanka mit Weißbrot ^{2, 4, 5, 6, A, A1, D, E, A, A1, A2, C}	Eierfrikassee mit Fleischklößchen, Kartoffeln und Möhrenrohkost ^{1, A, A1, B, C, E, B, 4, 5}	Gemüseschnitzel mit Tomaten-Basilikum-Soße und Kartoffelbrei ^{A, A1, A5, A, A1, 5, C}	Chili-Braten-Sandwich ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E}	07.03.2023	Dienstag				1 2 3
08.03.2023	Gemüsecremesuppe mit Blumenkohlrischen, Rote Grütze und Soße mit Vanillegeschmack ^{1, A, A1, C, D, 1, A, A1, C}	Gutsherrentopf (mit Gemüse, Kassler, Schweinefleisch) mit Petersilienkartoffeln, Rote Grütze und Soße mit Vanillegeschmack ^{1, 4, 5, 6, A, A, 1, A, A1, C}	Gabelspaghetti mit Bolognesesoße, Rote Grütze und Soße mit Vanillegeschmack ^{A, A1, A, A1, 1, A, A1, C}	Bagel mit Tomate, Salatgurke, Paprika und roten Zwiebeln ^{A, A1, A4, C, O}	08.03.2023	Mittwoch				1 2 3
09.03.2023	Schwarzwurzleintopf (mit Kichererbsen, Möhren und Lauch), Obst ^{A, A1}	Spätzle-Gemüsepfanne mit Tomaten-Curry-Soße, Obst ^{A, A1, B, A, A1}	Hackbraten mit Soße, Mischgemüse und Kartoffeln, Obst ^{A, A1, B, E, 1, A, A1, 1, A, A1}	Fruchtiger Geflügelsalat mit Baguette ^{1, 2, 5, B, E, A, A1}	09.03.2023	Donnerstag				1 2 3
10.03.2023	Weißkohleintopf mit Schweinefleisch ^{1, A, A1}	Tortellini mit Spinat-Käsefüllung und Sahnesoße ^{A, A1, B, C, A, A1, C}	Backfisch mit Dillsoße, Kartoffeln und Gurkensalat ^{A, A1, E, F, A, A1, C}	Baguette Napoli (mit Kochschinken, Mozzarella und Tomate) ^{1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E}	10.03.2023	Freitag				1 2 3
13.03.2023	Möhrensuppe mit Rindfleisch, Obst ^{1, A, A1}	Bami Goreng (Gebr. Mie-Nudeln mit Chinagemüse und Sojasoße), Obst ^{4, A, A1, B, D, E, O}	Bayr. Leberkäse mit braunem Zwiebelragout, Kartoffelbrei, Obst ^{4, 5, 6, 1, A, A1, 5, C}	Sandwich mit Putenaufschnitt und Ananas ^{1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E}	13.03.2023	Montag				1 2 3
14.03.2023	Tomatenreissuppe mit Fleischklößchen ^{A, A1, B}	Ei in Senfsoße mit Kartoffeln und Rote Beete ^{1, A, A1, C, E, 2}	Kräuterschweinebraten mit Bratensoße, Rahmwirsing und Kartoffeln ^{D, E, 1, A, A1, D, E, 1, A, A1, C}	Bagel mit Tomate-Mozzarella und Basilikum ^{A, A1, A4, C, O}	14.03.2023	Dienstag				1 2 3
15.03.2023	Linseneintopf mit Kasslerfleisch, Schokopudding ^{A, A1, D, 4, 5, 6, C}	Gabelspaghetti mit milder Arrabiata-Tomatensoße, Schokopudding ^{A, A1, C}	Blumenkohl-Käse-Schnitzel mit Soße "Holländische Art" und Basmatireis, Schokopudding ^{A, A1, B, C, D, B, C, C, C}	Kartoffelsalat mit 1 Boulette, dazu Senf ^{2, E, A, A1, B, D, E}	15.03.2023	Mittwoch				1 2 3
16.03.2023	Kartoffelsuppe mit Bockwurstscheiben, Obst ^{1, A, A1, D, 4, 5, 6, D, E}	Gnocchi-Gemüsepfanne (mit Bohnen, Paprika, Pilzen) mit Zaziki, Obst ^{B, C, A, A1}	Seelachwürfel mit Gemüsestreifen in Senfsoße, dazu Kräuter-Eblyweizen, Obst ^{1, 4, 7, A, A1, C, D, E, F, S, A, A1}	Ei-Baguette mit Salat, Tomate und Gewürzgurke ^{1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E}	16.03.2023	Donnerstag				1 2 3
17.03.2023	Pichelsteiner Gemüseeintopf mit Rindfleisch ^{1, D}	Maisgrießbrei mit warmer Beerensoße ^{C, 1}	Hähnchenkeule mit Geflügelsoße, Rotkohl und Kartoffeln ^{1, A, A1, 2, 5, A, A1}	Wrap mexicanisch mit Hackfleisch, Mais und Kidneybohnen ^{A, A1}	17.03.2023	Freitag				1 2 3

* Salat = siehe Rückseite Salat-Ecke

























BITTE WENDEN →

Name: _____

Vorname: _____

Kundennummer: _____

Bitte beachten:
Bei Fax-Bestellung Name
und Kundennummer
nochmal ausfüllen.


M1	M2	M3	KM	Salat *		Menü 1	Menü 2	Menü 3	Kaltmenü	
				1	Montag	20.03.2023 Pastinakencremesuppe ^{1, A, A1} mit karamellisierten Karottenwürfel, Apfelmus ⁵ 	Milchnudeln ^{1, A, A1, C} mit Zimt, Zucker und Apfelmus ⁵ 	Putenschnitzel ^{A, A1} mit Geflügelsoße ^{1, A, A1} , Frühlingsgemüse ^C und Kartoffelbrei ^{5, C} , Apfelmus ⁵ 	Wrap mit Kochschinken und Frischkäse ^{1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E} 	20.03.2023
			2	Dienstag		21.03.2023 Reissuppe ^D mit Geflügelfleisch 	Süßkartoffel-Kichererbsen-Curry mit Reis ^C 	Königsberger Klops ^B mit Kapernsoße ^{1, A, A1, C} , Kartoffeln und Weißkohl-Möhrenrohkost ^{4, 5} 	Fladenbrot mit Zaziki, Krautsalat und Balkankäse ^{2, 5, A, A1, C, M} 	21.03.2023
			3			Mittwoch	22.03.2023 Grünkohleintopf ^{1, A, A1} mit Kasslerfleisch ^{4, 5, 6} , Obst 	Paprika-Linsenragout ^{A, A1, D} mit Rosmarin-Kartoffeln, Obst 	Nudeln ^{A, A1} mit Tomatensoße ^{A, A1} und gebr. Jagdwurstscheibe ^{4, 5, 6, D, E} , Obst 	Couscoussalat mit Gurke, Tomate, Zwiebeln ^{A, A1} und Hähnchenbruststreifen 
			1		Donnerstag		23.03.2023 Asiat. Glasnudeleintopf mit Geflügelfleisch ^O , Quarkspeise ^{1, C} 	Rührei ^{1, B} mit Blumenkohl in Kräutersoße ^{1, A, A1, C} und Kartoffeln, Quarkspeise ^{1, C} 	Bratwurst ^{6, D, E} mit Soße ^{1, A, A1} , Bayrisch Kraut ^{5, A, A1} und Kartoffeln, Quarkspeise ^{1, C} 	Bagel mit Salami, Remouladensoße und Salat ^{1, 2, 3, 4, 5, A, A1, A4, B, C, E, O} 
			2	Freitag			24.03.2023 Drillinge mit Radieschen-Kräuterquark ^C 	Bunte Farfalle ^{A, A1} mit Brokkoli-Sahnesoße ^{A, A1, C} 	Fischli ^{A, A1, C, F} mit Spinat-Käsesoße ^{1, A, A1, C} und Reis ^C 	Baguette mit Kassler und Krautsalat ^{2, 4, 5, 6, A, A1} 
			3			Montag	27.03.2023 Gelber Erbseneintopf ^{A, A1, D} , Fruchtcocktail ¹ 	Puddingsuppe mit Schokogeschmack ^C und Zwieback ^{A, A1, A4, C, O} , Fruchtcocktail ¹ 	Boulette ^{A, A1, B} mit brauner Soße ^{1, A, A1} , Butterbohnen ^C und Kartoffeln, Fruchtcocktail ¹ 	Bagel mit Thunfisch-Frischkäsecreme und Zwiebeln ^{A, A1, A4, C, F, O} 
			1		Dienstag		28.03.2023 Kesselgulasch ^{1, A, A1} mit Brötchen ^{A, A1, A2, A4, C, O} 	Buntes Eierragout ^{1, A, A1, B, C, E} mit Kartoffeln 	Putengyros ³ mit Zaziki ^C und Tomatenreis 	Nudelsalat ^{A, A1, C, E} mit einem Wiener Würstchen ^{4, 5, 6} , dazu Senf ^E 
			2	Mittwoch			29.03.2023 Süßkartoffelcremesuppe ^{1, A, A1, D} mit Vollkornbrot ^{A, A1, A2, A4} , Buttermilchdessert ^C 	Spirelli ^{A, A1} mit Tomatensoße ^{A, A1} und Bockwurstwürfel ^{4, 5, 6} , Buttermilchdessert ^C 	Rindergeschnetzeltes mit Gemüsestreifen ^D und Kartoffeln, Buttermilchdessert ^C 	Fladenbrot sandwich mit Tomate-Mozzarella ^{1, 4, 5, A, A1, B, C, E, M} 
			3			Donnerstag	30.03.2023 Wirsingkohleintopf ^{1, A, A1} mit Rindfleisch, Obst 	Gehacktesstippe mit Kartoffelbrei ^{5, C} und Gewürzgurke ^{2, 4} , Obst 	Gemüsebällchen ^{A, A1, D, O} in Möhrencremesoße ^{A, A1, C} mit Bulgur ^{A, A1} , Obst 	Wrap mit Gemüse und Hähnchenbrust ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E} 
			1		Freitag		31.03.2023 Blumenkohlcremesuppe mit Blumenkohlröschen und Vollkornbrot ^{1, A, A1, C} 	Paprika-Wurstgulasch mit Kritharaki (reisförmige Hartweizennudeln) ^{A, A1} 	Crispy-Fisch ^{5, A, A1, F} mit fruchtiger Tomatensoße ^{A, A1} , Reis ^C und Rotkohl-Rohkost ^{4, 5} 	Schnitzelbrötchen ^{1, 4, 5, A, A1, B, C, E} 


Salat-Ecke:
 alle Salate mit Dressing^{B, C, E}


S1 = Bunter Salat^B


S2 = Fitnesssalat
 (Kochschinken^{4, 5, 6}, Käse^C, Ei^B)


S3 = Salat mit Thunfisch^{B, F}


 = vegetarische Gerichte


 = Gericht enthält Schweinefleisch

 = Gericht enthält Geflügelfleisch

 = Gericht enthält Fisch

 = Gericht enthält Rindfleisch

 = empfohlen für eine ausgewogene Ernährung



Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe und Allergene:

1 = mit Farbstoff	A = enth. Gluten	B = enth. Ei	G2 = enth. Haselnuss	K = enth. Erdnüsse
2 = mit Süßungsmittel	A1 = enth. Weizen	C = enth. Milch einschl. Laktose	G3 = enth. Macadamianuss	M = enth. Sesam
3 = mit Geschmacksverstärker	A2 = enth. Roggen	D = enth. Sellerie	G4 = enth. Mandeln	O = enth. Soja
4 = mit Konservierungsstoff	A3 = enth. Hafer	E = enth. Senf	G5 = enth. Paranuss	P = enth. Krebstiere
5 = mit Antioxidationsmittel	A4 = enth. Gerste	F = enth. Fisch	G6 = enth. Pekanuss	S = enth. Schwefeloxid/ Sulfite
6 = mit Phosphat	A5 = enth. Dinkel	G = enth. Schalenfrüchte	G7 = enth. Pistazie	T = enth. Lupine
7 = geschwefelt	A6 = enth. Kamut	G1 = enth. Cashewnuss	G8 = enth. Walnuss	U = enth. Weichtiere
8 = gewachst				

Bitte wählen Sie Ihr Menü und kreuzen es an. Bestellungen bitte bis zum 20. des Monats abgeben.

Trotz einer sehr genauen Be- und Verarbeitung können Kreuzkontaminationen nicht ausgeschlossen werden. Dadurch können Spuren von anderen Allergenen in den Produkten enthalten sein.

ÄNDERUNGEN FÜR DEN AKTUELLEN TAG BITTE BIS 7:30UHR MELDEN. ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN!