



# SPEISEPLAN

**MENÜ EXPRESS**  
die frische Küche

**MENÜ EXPRESS GmbH**  
Gutensweger Straße 2  
39126 Magdeburg  
Telefon: 0391 5981 680  
Telefax: 0391 5981 682 0  
E-Mail: magdeburg@menueexpress.de

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Kundennummer: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Kaltmenü		M1	M2	M3	KM	S*	SW*
01.11.2023	<b>Grüner Bohneneintopf</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Obst	<b>Nudeln</b> <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und Fleischklößchen <sup>B</sup> , Obst	<b>Gebr. Reis</b> mit Gemüse und Ei <sup>B, C</sup> , dazu süß- saure Soße <sup>4, A, A1, D, O</sup> , Obst	<b>Fladenbrot sandwich</b> mit Pute, Zaziki und Balkankäse <sup>3, A, A1, C, M</sup>	01.11.2023 Mittwoch					1 2 3	1 2 3
02.11.2023	<b>Käse-Lauch-Cremesuppe</b> mit Hackfleisch <sup>1, A, A1, C</sup> , Wackelpudding <sup>1</sup>	<b>Chili sin Carne</b> (mit Linsen) <sup>A, A1</sup> mit Reis <sup>C</sup> , Wackelpudding <sup>1</sup>	<b>Pan. Jagdwurstschei- be</b> <sup>4, 5, 6, A, A1, D, E</sup> mit brauner Soße <sup>1, A, A1</sup> , Erbsen <sup>1, A, A1</sup> und Salzkartoffeln, Wackelpudding <sup>1</sup>	<b>Wrap</b> mit Gemüse und Ei <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>	02.11.2023 Donnerstag					1 2 3	1 2 3
03.11.2023	<b>Kohlrabieintopf</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Brot <sup>A, A1, A2, A4</sup>	<b>Geflügel- Schlemmerpfanne</b> mit Wirsing Kohl <sup>1, A, A1, C</sup> , dazu Salzkartoffeln	<b>Fischnuggets</b> <sup>A, A1, F</sup> mit Dillsoße <sup>A, A1, C</sup> , Kartoffelbrei <sup>5, C</sup> und Wachsbrechbohnsalat	<b>Baguette</b> mit Fleischkäse und Remoulade <sup>1, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E</sup>	03.11.2023 Freitag					1 2 3	1 2 3
06.11.2023	<b>Kichererbsen- eintopf</b> <sup>A, A1, D</sup> , Apfelmus <sup>5</sup>	<b>Milchreis</b> <sup>C</sup> mit Zimt, Zucker und Apfelmus <sup>5</sup>	<b>Kohlroulade</b> <sup>A, A1, C, E</sup> mit brauner Soße <sup>1, A, A1</sup> und Salzkartoffeln, Apfelmus <sup>5</sup>	<b>Fladenbrot sandwich</b> mit Gemüse und Hähnchenbrust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E, M</sup>	06.11.2023 Montag					1 2 3	1 2 3
07.11.2023	<b>Gyrossuppe</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Weißbrot <sup>A, A1, A2, C</sup>	<b>Rührei</b> <sup>1, B</sup> mit Spinat <sup>A, A1, C</sup> und Salzkartoffeln	<b>Putenbrust</b> mit brauner Soße <sup>1, A, A1</sup> , Kohlrabi <sup>1, A, A1</sup> und Salzkartoffeln	<b>Schopskasalat</b> <sup>C, E</sup> , dazu Mischbrot <sup>A, A1, A2, C</sup>	07.11.2023 Dienstag					1 2 3	1 2 3
08.11.2023	<b>Westfälischer Bohneneintopf</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Erdbeeryoghurt <sup>C</sup>	<b>Brokkoli-Nuss-Ecke</b> <sup>A, A1, A3, D, G,</sup> <sup>G2, G4</sup> mit Soße "Holländische Art" <sup>B, C</sup> und Salzkartoffeln, Erdbeeryoghurt <sup>C</sup>	<b>Nudeln</b> <sup>A, A1</sup> mit Tomaten- soße und Jagdwurst- würfeln <sup>4, 5, 6, A, A1, E</sup> , Erdbeeryoghurt <sup>C</sup>	<b>Bagel</b> mit Frischkäse, Putenaufschnitt und Weißkrautsalat <sup>2, 4, 5, 6, A, A1, A4, C, O</sup>	08.11.2023 Mittwoch					1 2 3	1 2 3
09.11.2023	<b>Hochzeitsuppe</b> <sup>A, A1, B, C, D</sup> mit Brot <sup>A, A1, A2, C</sup> , Obst	<b>Blumenkohl- Gemüsecurry</b> <sup>A, A1, C</sup> mit Reis <sup>C</sup> , Obst	<b>Schweineschnitzel</b> <sup>A, A1</sup> mit brauner Soße <sup>1, A, A1</sup> , Leipziger Allerlei <sup>1, A, A1</sup> und Salzkartoffeln, Obst	<b>Wrap</b> mit Gemüse und Balkankäse <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>	09.11.2023 Donnerstag					1 2 3	1 2 3
10.11.2023	<b>Bunte Graupensuppe</b> <sup>A, A4, D</sup>	<b>Hähnchenrahm- geschnetzeltes</b> <sup>1, A, A1, C</sup> mit Bunten Nudeln <sup>A, A1</sup>	<b>Fischburger</b> <sup>A, A1, C, F</sup> mit Petersiliensoße <sup>A, A1, C</sup> , Kartoffelbrei <sup>5, C</sup> und Weißkraut-Rohkost <sup>4, 5</sup>	<b>Salami-Käse-Baguette</b> mit Gurke und Tomate <sup>1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E</sup>	10.11.2023 Freitag					1 2 3	1 2 3
13.11.2023	<b>Linseneintopf</b> <sup>A, A1, D</sup> , Obst	<b>Maisgrießbrei</b> <sup>C</sup> mit warmer Beerensoße <sup>1</sup> , Obst	<b>Gebr. Hähnchenbrust</b> in Kräuter-Frischkäse- soße <sup>A, A1, C</sup> mit Gemüse <sup>C</sup> , Obst	<b>Wrap</b> mit Thunfischcreme, Salat und frischen Zwiebeln <sup>A, A1, C, F</sup>	13.11.2023 Montag					1 2 3	1 2 3
14.11.2023	<b>Soljanka</b> <sup>2, 4, 5, 6, A, A1, D, E</sup> mit Weißbrot <sup>A, A1, A2, C</sup>	<b>Eierfrikassee</b> <sup>1, A, A1, B, C, E</sup> mit Fleischklößchen <sup>B</sup> , Salzkartoffeln und Möhrenrohkost <sup>4, 5</sup>	<b>Gemüseschnitzel</b> <sup>A, A1, A5</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und Kräuterreis <sup>C</sup>	<b>Chili-Braten- Sandwich</b> <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>	14.11.2023 Dienstag					1 2 3	1 2 3
15.11.2023	<b>Gemüsecremesuppe</b> mit Blumenkohlröschen <sup>1, A, A1, C,</sup> <sup>D</sup> , Schokopudding <sup>C</sup>	<b>Gutsherrentopf</b> (mit Gemüse, Kassler und Schweinefleisch) <sup>1, 4,</sup> <sup>5, 6, A, A1</sup> mit Salzkartoffeln, Schokopudding <sup>C</sup>	<b>Nudeln</b> <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und geriebenen Käse <sup>4, B, C</sup> , Schokopudding <sup>C</sup>	<b>Bagel</b> mit Tomate, Salatgurke, Paprika und roten Zwiebeln <sup>A, A1, A4, C, O</sup>	15.11.2023 Mittwoch					1 2 3	1 2 3
16.11.2023	<b>Serbischer Bohneneintopf</b> <sup>4, 5, A, A1, D</sup> , mit Rindfleisch, Obst	<b>Spätzle-Gemüse- pfanne</b> <sup>A, A1, B</sup> mit Tomaten- Frischkäsesoße <sup>A, A1, C</sup> , Obst	<b>Hackbraten</b> <sup>A, A1, B, E</sup> mit brauner Soße <sup>1, A, A1</sup> , Mischgemüse <sup>1, A, A1</sup> und Salzkartoffeln, Obst	<b>Fruchtiger Geflügelsalat</b> <sup>1, 2, 5, B, E</sup> mit Baguette <sup>A, A1</sup>	16.11.2023 Donnerstag					1 2 3	1 2 3
17.11.2023	<b>Tomatenreissuppe</b> <sup>A, A1</sup> mit Fleischklößchen <sup>B</sup>	<b>Tortellini mit Käsefüllung</b> <sup>A, A1, B, C</sup> und vegetarischer Bolognesesoße <sup>A, A1, C</sup>	<b>Backfisch</b> <sup>A, A1, E, F</sup> mit Dillsoße <sup>A, A1, C</sup> , Salzkartoffeln und Rohkost <sup>4, 5</sup>	<b>Baguette Napoli</b> (mit Kochschinken, Mozzarella und Tomate) <sup>1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E</sup>	17.11.2023 Freitag					1 2 3	1 2 3

\* S = Salat; SW = Sandwich, siehe Rückseite Salat-Ecke/Sandwich-Ecke





























**BITTE WENDEN** →

Name: \_\_\_\_\_







Vorname: \_\_\_\_\_

Kundennummer: \_\_\_\_\_

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

M1	M2	M3	KM	S	SW	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Kaltmenü				
				1	1	<b>Möhrensuppe</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Obst 	<b>Hefeklöße</b> <sup>A, A1, B, C</sup> mit Erdbeersoße <sup>1</sup> , Obst 	<b>Bami Goreng</b> (Gebr. Mie-Nudeln mit Chinagemüse und Sojasoße) <sup>4, A, A1, B, D, E, O</sup> mit Geflügelfleisch, Obst 	<b>Sandwich</b> mit Putenaufschnitt und Ananas <sup>1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E</sup> 	20.11.2023			
			2	2	<b>Weißkohleintopf</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Schweinefleisch 					<b>Ei</b> <sup>B</sup> in Senfsoße <sup>1, A, A1, C, E</sup> mit Salzkartoffeln und Rote Beete <sup>2</sup> 	<b>Kräuterschweinebraten</b> <sup>D, E</sup> mit Bratensoße <sup>1, A, A1, D, E</sup> , Familiengemüse <sup>C</sup> und Salzkartoffeln 	<b>Bagel</b> mit Tomate-Mozzarella und Basilikum <sup>A, A1, A4, C, O</sup> 	21.11.2023
			3	3									<b>Weißer Bohneneintopf</b> <sup>A, A1, D</sup> mit Kasslerfleisch <sup>4, 5, 6</sup> , Rote Grütze und Soße mit Vanillegeschmack <sup>1, A, A1, C</sup> 
			1	1		<b>Kartoffelsuppe</b> <sup>1, A, A1, D</sup> mit Würstchenscheiben <sup>4, 5, 6, D, E</sup> , Obst 	<b>Gnocchi-Gemüsepfanne</b> (mit Bohnen, Paprika, Pilzen) <sup>B</sup> mit Kräuterquark <sup>C</sup> , Obst 	<b>Seelachswürfel</b> mit Gemüsestreifen in Senfsoße <sup>1, 4, 7, A, A1, C, D, E, F, S</sup> , dazu Reis <sup>C</sup> , Obst 	<b>Ei-Baguette</b> mit Salat, Tomate und Gewürzgurke <sup>1, 2, 4, 5, A, A1,</sup> <sup>B, C, E</sup> 				
			2	2	<b>Minestrone</b> (ital. Nudelsuppe mit Gemüse) <sup>A, A1, B, D</sup> 					<b>Dinkelnudeln</b> <sup>A, A5</sup> mit Hähnchenfleisch in Spinat-Käsesoße <sup>1, A, A1, C</sup> 	<b>Hähnchenkeule</b> mit Geflügelsoße <sup>1, A, A1</sup> , Rotkohl <sup>2, 5, A, A1</sup> und Salzkartoffeln 	<b>Wrap mexikanisch</b> mit Hackfleisch, Mais und Kidneybohnen <sup>A, A1</sup> 	
			3	3									<b>Brokkoli- Kartoffelcremesuppe</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Vollkornbrot <sup>A, A1, A2, A4</sup> , Apfelmus <sup>5</sup> 
			1	1		<b>Reissuppe</b> <sup>D</sup> mit Geflügelfleisch 	<b>Polenta-Spinattasche</b> <sup>A, A1, C</sup> mit Frischkäsesoße <sup>A, A1, C</sup> und Salzkartoffeln 	<b>Königsberger Klops</b> <sup>B</sup> mit Kapernsoße <sup>1, A, A1, C</sup> , Salzkartoffeln und Möhrenrohkost <sup>4, 5</sup> 	<b>Fladenbrot</b> mit Zaziki, Krautsalat und Balkankäse <sup>2, 5, A, A1, C, M</sup> 				
			2	2	<b>Lasagne Bolognese</b> <sup>1, A, A1, C</sup> 					<b>Paprika-Linsenragout</b> <sup>A, A1, D</sup> mit Rosmarin-Kartoffeln, Obst 	<b>Nudeln</b> <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und gebr. Jagdwurstscheibe <sup>4, 5, 6,</sup> <sup>D, E</sup> , Obst 	<b>Couscoussalat</b> mit Gurke, Tomate, Zwiebeln <sup>A, A1</sup> und Hähnchenbruststreifen 	
			3	3									<b>Reisnudelsuppe</b> (reisförmige Hartweizen- nudeln) mit Geflügelfleisch <sup>A</sup> , <sup>A1</sup> , Quarkspise <sup>1, C</sup> 
			1	1		 <b>Hier schMEXts einfach lecker!</b>							

**Salat-Ecke:**  
 alle Salate mit Dressing<sup>B, C, E</sup>  
**S1 = Bunter Salat**<sup>B</sup>  
**S2 = Fitnesssalat**  
 (Kochschinken<sup>4, 5, 6</sup>, Käse<sup>C</sup>, Ei<sup>B</sup>)  
**S3 = Salat mit Thunfisch**<sup>B, F</sup>

 = vegetarische Gerichte  
 = Gericht enthält Fisch  
 = Gericht enthält Schweinefleisch  
 = Gericht enthält Rindfleisch  
 = Gericht enthält Geflügelfleisch  
 = empfohlen für eine ausgewogene Ernährung



**Sandwich-Ecke:**  
**SW1 = Gouda-Tomate**<sup>1, A, A1, C</sup>  
**SW2 = Schinken-Käse**<sup>1, 4, 5, 6, A, A1, C</sup>  
**SW3 = Salami-Käse**<sup>1, 4, 5, A, A1, A2, A3, A4</sup>

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

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!**