



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*
01.11.2023	Grüner Bohneneintopf ^{1, A, A1} mit Rindfleisch, Obst	Nudeln ^{A, A1} mit Tomatensoße ^{A, A1} und Fleischklößchen ^B , Obst	Gebr. Reis mit Gemüse und Ei ^{B, C} , dazu süß- saure Soße ^{4, A, A1, D, O} , Obst	Fladenbrotsandwich mit Pute, Zaziki und Balkankäse ^{3, A, A1, C, M}	01.11.2023 Mittwoch					1 2 3
02.11.2023	Käse-Lauch-Cremesuppe mit Hackfleisch ^{1, A, A1, C} , Wackelpudding ¹	Chili sin Carne (mit Linsen) ^{A, A1} mit Reis ^C , Wackelpudding ¹	Pan. Jagdwurstschei- be ^{4, 5, 6, A, A1, D, E} mit brauner Soße ^{1, A, A1} , Erbsen ^{1, A, A1} und Salzkartoffeln, Wackelpudding ¹	Wrap mit Gemüse und Ei ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E}	02.11.2023 Donnerstag					1 2 3
03.11.2023	Kohlrabieintopf ^{1, A, A1} mit Brot ^{A, A1, A2, A4}	Geflügel- Schlemmerpfanne mit Wirsing Kohl ^{1, A, A1, C} , dazu Salzkartoffeln	Fischnuggets ^{A, A1, F} mit Dillsoße ^{A, A1, C} , Kartoffelbrei ^{5, C} und Wachsbrechbohnsalat	Baguette mit Fleischkäse und Remoulade ^{1, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E}	03.11.2023 Freitag					1 2 3
06.11.2023	Kichererbsen- eintopf ^{A, A1, D} , Apfelmus ⁵	Milchreis ^C mit Zimt, Zucker und Apfelmus ⁵	Kohlroulade ^{A, A1, C, E} mit brauner Soße ^{1, A, A1} und Salzkartoffeln, Apfelmus ⁵	Fladenbrotsandwich mit Gemüse und Hähnchenbrust ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E, M}	06.11.2023 Montag					1 2 3
07.11.2023	Gyrossuppe ^{1, A, A1} mit Weißbrot ^{A, A1, A2, C}	Rührei ^{1, B} mit Spinat ^{A, A1, C} und Salzkartoffeln	Putenbrust mit brauner Soße ^{1, A, A1} , Kohlrabi ^{1, A, A1} und Salzkartoffeln	Schopskasalat ^{C, E} , dazu Mischbrot ^{A, A1, A2, C}	07.11.2023 Dienstag					1 2 3
08.11.2023	Westfälischer Bohneneintopf ^{1, A, A1} mit Rindfleisch, Erdbeeryoghurt ^C	Brokkoli-Nuss-Ecke ^{A, A1, A3, D, G,} ^{G2, G4} mit Soße "Holländische Art" ^{B, C} und Salzkartoffeln, Erdbeeryoghurt ^C	Nudeln ^{A, A1} mit Tomaten- soße und Jagdwurst- würfeln ^{4, 5, 6, A, A1, E} , Erdbeeryoghurt ^C	Bagel mit Frischkäse, Putenaufschnitt und Weißkrautsalat ^{2, 4, 5, 6, A, A1, A4, C, O}	08.11.2023 Mittwoch					1 2 3
09.11.2023	Hochzeitsuppe ^{A, A1, B, C, D} mit Brot ^{A, A1, A2, C} , Obst	Blumenkohl- Gemüsecurry ^{A, A1, C} mit Reis ^C , Obst	Schweineschnitzel ^{A, A1} mit brauner Soße ^{1, A, A1} , Leipziger Allerlei ^{1, A, A1} und Salzkartoffeln, Obst	Wrap mit Gemüse und Balkankäse ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E}	09.11.2023 Donnerstag					1 2 3
10.11.2023	Bunte Graupensuppe ^{A, A4, D}	Hähnchenrahm- geschnetzeltes ^{1, A, A1, C} mit Bunten Nudeln ^{A, A1}	Fischburger ^{A, A1, C, F} mit Petersiliensoße ^{A, A1, C} , Kartoffelbrei ^{5, C} und Weißkraut-Rohkost ^{4, 5}	Salami-Käse-Baguette mit Gurke und Tomate ^{1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E}	10.11.2023 Freitag					1 2 3
13.11.2023	Linseneintopf ^{A, A1, D} , Obst	Maisgrießbrei ^C mit warmer Beerensoße ¹ , Obst	Gebr. Hähnchenbrust in Kräuter-Frischkäse- soße ^{A, A1, C} mit Gemüseris ^C , Obst	Wrap mit Thunfischcreme, Salat und frischen Zwiebeln ^{A, A1, C, F}	13.11.2023 Montag					1 2 3
14.11.2023	Soljanka ^{2, 4, 5, 6, A, A1, D, E} mit Weißbrot ^{A, A1, A2, C}	Eierfrikassee ^{1, A, A1, B, C, E} mit Fleischklößchen ^B , Salzkartoffeln und Möhrenrohkost ^{4, 5}	Gemüseschnitzel ^{1, A, A1, A5} mit Tomatensoße ^{A, A1} und Kräuterreis ^C	Chili-Braten- Sandwich ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E}	14.11.2023 Dienstag					1 2 3
15.11.2023	Gemüsecremesuppe mit Blumenkohlröschen ^{1, A, A1, C,} ^D , Schokopudding ^C	Gutsherrentopf (mit Gemüse, Kassler und Schweinefleisch) ^{1, 4,} ^{5, 6, A, A1} mit Salzkartoffeln, Schokopudding ^C	Nudeln ^{A, A1} mit Tomatensoße ^{A, A1} und geriebenen Käse ^{4, B, C} , Schokopudding ^C	Bagel mit Tomate, Salatgurke, Paprika und roten Zwiebeln ^{A, A1, A4, C, O}	15.11.2023 Mittwoch					1 2 3
16.11.2023	Serbischer Bohneneintopf ^{4, 5, A, A1, D} , mit Rindfleisch, Obst	Spätzle-Gemüse- pfanne ^{A, A1, B} mit Tomaten- Frischkäsesoße ^{A, A1, C} , Obst	Hackbraten ^{A, A1, B, E} mit brauner Soße ^{1, A, A1} , Mischgemüse ^{1, A, A1} und Salzkartoffeln, Obst	Fruchtiger Geflügelsalat ^{1, 2, 5, B, E} mit Baguette ^{A, A1}	16.11.2023 Donnerstag					1 2 3
17.11.2023	Tomatenreissuppe ^{A, A1} mit Fleischklößchen ^B	Tortellini mit Käsefüllung ^{A, A1, B, C} und vegetarischer Bolognesesoße ^{A, A1, C}	Backfisch ^{A, A1, E, F} mit Dillsoße ^{A, A1, C} , Salzkartoffeln und Rohkost ^{4, 5}	Baguette Napoli (mit Kochschinken, Mozzarella und Tomate) ^{1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E}	17.11.2023 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	Möhrensuppe ^{1, A, A1} mit Rindfleisch, Obst	Hefeklöße ^{A, A1, B, C} mit Erdbeersoße ¹ , Obst	Bami Goreng (Gebr. Mie-Nudeln mit Chinagemüse und Sojasoße) ^{4, A, A1, B, D, E, O} mit Geflügelfleisch, Obst	Sandwich mit Putenaufschnitt und Ananas ^{1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E}	20.11.2023
			2	Dienstag		Weißkohleintopf ^{1, A, A1} mit Schweinefleisch	Ei ^B in Senfsoße ^{1, A, A1, C, E} mit Salzkartoffeln und Rote Beete ²	Kräuterschweinebraten mit Bratensoße ^{1, A, A1, D, E} , Familiengemüse ^C und Salzkartoffeln	Bagel mit Tomate-Mozzarella und Basilikum ^{A, A1, A4, C, O}	21.11.2023
			3			Mittwoch	Weißer Bohneneintopf ^{A, A1, D} mit Kasserlfleisch ^{4, 5, 6} , Rote Grütze und Soße mit Vanillegeschmack ^{1, A, A1, C}	Nudeln ^{A, A1} mit Bolognesesoße ^{A, A1} , Rote Grütze und Soße mit Vanillegeschmack ^{1, A, A1, C}	Blumenkohl-Käse-Schnitzel ^A , ^{A1, B, C, D} mit Soße "Hollän- dische Art" ^{B, C} , Salzkartoffeln, Rote Grütze und Soße mit Vanillegeschmack ^{1, A, A1, C}	Kartoffelsalat ^{2, E} mit 1 Boulette ^{A, A1, B, D} , dazu Senf ^E
			1		Donnerstag		Kartoffelsuppe ^{1, A, A1, D} mit Würstchenscheiben ^{4, 5, 6, D, E} , Obst	Gnocchi-Gemüsepfanne (mit Bohnen, Paprika, Pilzen) ^B mit Kräuterquark ^C , Obst	Seelachswürfel mit Gemüstreifen in Senfsoße ^{1, 4, 7, A, A1, C, D, E, F, S} dazu Reis ^C , Obst	Ei-Baguette mit Salat, Tomate und Gewürzgurke ^{1, 2, 4, 5, A, A1,} ^{B, C, E}
			2	Freitag			Minestrone (ital. Nudelsuppe mit Gemüse) ^{A, A1, B, D}	Dinkelnudeln ^{A, A5} mit Hähnchenfleisch in Spinat-Käsesoße ^{1, A, A1, C}	Hähnchenkeule mit Geflügelsoße ^{1, A, A1} , Rotkohl ^{2, 5, A, A1} und Salzkartoffeln	Wrap mexikanisch mit Hackfleisch, Mais und Kidneybohnen ^{A, A1}
			3			Montag	Brokkoli- Kartoffelcremesuppe ^{1, A, A1} mit Vollkornbrot ^{A, A1, A2, A4} , Apfelmus ⁵	Milchnudeln ^{1, A, A1, C} mit Zimt, Zucker und Apfelmus ⁵	Putenschnitzel ^{A, A1} mit brauner Soße ^{1, A, A1} , Möhren- Maisgemüse ^C und Kartoffelbrei ^{5, C} , Apfelmus	Wrap mit Kochschinken und Frischkäse ^{1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E}
			1		Dienstag		Reissuppe ^D mit Geflügelfleisch	Polenta-Spinattasche ^{A, A1, C} mit Frischkäsesoße ^{A, A1, C} und Salzkartoffeln	Königsberger Klops ^B mit Kapernsoße ^{1, A, A1, C} , Salzkartoffeln und Möhrenrohkost ^{4, 5}	Fladenbrot mit Zaziki, Krautsalat und Balkankäse ^{2, 5, A, A1, C, M}
			2	Mittwoch			Lasagne Bolognese ^{1, A, A1, C}	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
			3			Donnerstag	Reisnudelsuppe (reisförmige Hartweizen- nudeln) mit Geflügelfleisch ^A , ^{A1} , Quarkspise ^{1, C}	Buntes Eierragout ^{1, A, A1, B, C,} ^E mit Salzkartoffeln, Quarkspise ^{1, C}	Bratwurst ^{6, D, E} mit Soße ^{1, A,} ^{A1} , Rahmwirsing ^{1, A, A1, C} und Salzkartoffeln, Quarkspise ^{1, C}	Bagel mit Salami, Remouladensoße und Salat ^{1, 2, 3, 4, 5, A, A1, A4, B, C, E, O}



Hier schMEXts einfach lecker!

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!