



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	S*	SW*
01.12.2021	Grüner Bohneneintopf ^{1, A, A1} mit Kasslerfleisch ^{4, 5, 6} , Pfirsich-Maracuja-Joghurt ^C	Nudeln ^{A, A1} mit Tomatensoße ^{A, A1} und Fleischklößchen ^B , Pfirsich-Maracuja-Joghurt ^C	Gemüseschnitzel ^{A, A1, A5, D} mit Brokkoli-Sahne-soße ^{A, A1, C} und Kartoffeln, Pfirsich-Maracuja-Joghurt ^C	Sandwich mit Putenbrust und Ananas ^{1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E}	01.12.2021 Mittwoch					1 2 3	1 2 3
02.12.2021	Gemüsefrikassee ^{1, A, A1, C} mit Kräuterris ^C , Grießpudding ^{1, A, A1, C}	Putengeschnetzeltes in Curry-Ananas-Soße ^{1, A, A1, C} mit Reis ^C , Grießpudding ^{1, A, A1, C}	Hähnchenkeule mit Soße ^{1, A, A1} , Rotkohl ^{2, 5, A, A1} und Kartoffeln, Grießpudding ^{1, A, A1, C}	Fruchtiger Käsesalat ^{1, 2, 5, B, C, E} , dazu Brot ^{A, A1, A2, C}	02.12.2021 Donnerstag					1 2 3	1 2 3
03.12.2021	Kartoffelpfanne "Western Art" (mit Mais, Möhren, Brechbohnen und Kidneybohnen), dazu Zaziki ^C	Paprika-Wurstgulasch ^{1, 4, 5, 6, A, A1, E} mit Kartoffelbrei ^{5, C}	Fischnuggets ^{A, A1, F} mit Spinat-Käsesoße ^{1, A, A1, C} und Kartoffeln	Bagel mit Tomate-Mozzarella und Basilikum ^{A, A1, A4, C, O}	03.12.2021 Freitag					1 2 3	1 2 3
06.12.2021	Bunte Nudeln ^{A, A1} mit Tomaten-Gemüsesoße ^{A, A1} , Nachtisch ^{C, O}	Kichererbseneintopf mit Rindfleisch, Nachtisch ^{C, O}	Kohlroulade ^{A, A1, B, C, E} mit Soße ^{1, A, A1} und Kartoffeln, Nachtisch ^{C, O}	Fladenbrotsandwich mit Pute, Zaziki und Balkankäse ^{3, A, A1, C, M}	06.12.2021 Montag					1 2 3	1 2 3
07.12.2021	Fadennudelsuppe mit Geflügelfleisch	Buntes Eierragout ^{1, A, A1, B, C, E} mit Kartoffeln	Kasslerbraten ^{4, 5, 6, D, E} mit Soße ^{1, A, A1, D, E} , Sauerkraut ^{5, A, A1} und Kartoffeln	Bagel mit Thunfisch-Frischkäsecreme und Zwiebeln ^{A, A1, A4, C, F, O}	07.12.2021 Dienstag					1 2 3	1 2 3
08.12.2021	Kürbis-Kartoffelcremesuppe ^{1, A, A1, C} , Obst	Dinkelnudeln ^{A, A5} mit Tomatensoße ^{A, A1} und gebr. Jagdwurstscheibe ^{4, 5, 6, D, E} , Obst	Rindergeschnetzeltes ^{1, A, A1} mit Gemüsestreifen ^D und Kartoffeln, Obst	Kartoffelsalat ^{2, E} mit 1 Boulette ^{A, A1, B, D} , dazu Senf ^E	08.12.2021 Mittwoch					1 2 3	1 2 3
09.12.2021	Grießbrei ^{A, A1, C} mit Pfirsichkompott	Pfundstopf (mit Schwein, Rind, Gehacktes) ^{1, A, A1} mit Kartoffeln, Pfirsichkompott	Gebr. Hähnchenbrust mit Soße ^{1, A, A1} , Kaisergemüse ^C und Kartoffeln, Pfirsichkompott	Wrap mit Gemüse und Ei ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E}	09.12.2021 Donnerstag					1 2 3	1 2 3
10.12.2021	Veg. Bami Goreng (Gebr. Nudeln mit Gemüse) ^{4, A, A1, B, D, E, O}	Seelachswürfel mit Möhren und Erbsen in Senfsoße ^{1, A, A1, C, E, F} dazu Kartoffeln	Königsberger Klops ^B mit Kapernsoße ^{1, A, A1, C} , Kartoffeln und Rohkost ^{4, 5}	Baguette Napoli (mit Kochschinken, Mozzarella und Tomate) ^{1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E}	10.12.2021 Freitag					1 2 3	1 2 3
13.12.2021	Puddingsuppe mit Vanillegeschmack ^{1, C} mit Milchbrötchen ^{A, A1, B, C} , Obst	Kartoffel-Gemüseintopf ^{1, A, A1} mit Kasslerfleisch ^{4, 5, 6} , Obst	Hähnchen-Gockelchen ^{A, A1} mit Soße ^{1, A, A1} , Erbsen ^{1, A, A1} und Kartoffeln, Obst	Fladenbrotsandwich mit Tomate-Mozzarella ^{1, A, A1, C, E, M}	13.12.2021 Montag					1 2 3	1 2 3
14.12.2021	Blumenkohlentopf mit Hackfleisch und Käse ^C	Rührei ^{1, B} mit Spinat ^{A, A1, C} und Kartoffeln	Schweinebraten ^{D, E} mit Soße ^{1, A, A1} , Rosenkohl ^C und Kartoffeln	Schopskasalat ^{C, E} , dazu Mischbrot ^{A, A1, A2, C}	14.12.2021 Dienstag					1 2 3	1 2 3
15.12.2021	Westfälischer Bohneneintopf ^{1, A, A1} mit Rindfleisch, Birnenkompott	Nudeln ^{A, A1} mit Tomatensoße ^{A, A1} und Hinterkochschinkenwürfel ^{4, 5, 6} , Birnenkompott	Brokkoli-Nuss-Ecke ^{A, A1, A3, D, G, G2, G4} mit Soße ^{1, A, A1, C} holländischer Art ^{B, C} und Kartoffeln, Birnenkompott	Baguette mit Kassler und Krautsalat ^{2, 4, 5, 6, A, A1}	15.12.2021 Mittwoch					1 2 3	1 2 3
16.12.2021	Indische Tomaten-Reispanne ^C mit Zaziki ^C , Nachtisch ^C	Hühnerfrikassee mit Spargel und Geflügelfleischklößchen ^{1, A, A1, A4, C, D} , dazu Reis ^C , Nachtisch ^C	Schweineschnitzel ^{A, A1} mit Soße ^{1, A, A1} , Kohlrabigemüse ^{1, A, A1} und Kartoffeln, Nachtisch ^C	Bagel mit Tomate, Salatgurke, Paprika und roten Zwiebeln ^{A, A1, A4, C, O}	16.12.2021 Donnerstag					1 2 3	1 2 3
17.12.2021	Kartoffelpfanne mit Wurzelgemüse ^D mit Tomaten-Curry-Soße ^{A, A1}	Schmorkohl (Gehacktes-Weißkohlpfanne) ^{1, A, A1} mit Kartoffeln	Fischburger ^{A, A1, C, F} mit Kräuter-Frischkäsesoße ^{A, A1, C} und Kartoffeln, dazu Rohkost ^{4, 5}	Wrap mit Gemüse und Hähnchenbrust ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E}	17.12.2021 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	Montag	20.12.2021	Milchreis ^C mit Zimt und Zucker, Apfelmus ⁵	Asiat. Glasnudelintopf mit Geflügelfleisch ^O , Apfelmus ⁵	Boulette ^{A, A1, B} mit Soße ^{1, A, A1} , Möhren- gemüse ^{1, A, A1} und Kartoffeln, Apfelmus ⁵	Fladenbrotsandwich mit Gemüse und Hähnchen- brust ^{1, 2, 5, A, A1, B, C, E, M}	20.12.2021
			2	2								
			3	3								
				1	1	Dienstag	21.12.2021	Gelber Erbseneintopf ^{A, A1, D} mit Kasslerfleisch ^{4, 5, 6}	Nudeln ^{A, A1} mit Tomatensoße ^{A, A1} und Bockwurstwürfel ^{4, 5, 6}	Gemüsenuggets ^{A, A1, A4, C} mit Gemüserahm- soße ^{A, A1, C, D} und Kartoffeln	Wrap mit Thunfischcreme, Salat und frischen Zwiebeln ^{A, A1, C, F}	21.12.2021
			2	2								
			3	3								
				1	1	Mittwoch	22.12.2021					22.12.2021
			2	2								
			3	3								
				1	1	Donnerstag	23.12.2021	<p>Das Team von Menü Express wünscht euch ein schönes Weihnachtsfest und einen gesunden Rutsch in das neue Jahr!</p> 				23.12.2021
			2	2								
			3	3								
				1	1	Freitag	24.12.2021	<p>Das Team von Menü Express wünscht euch ein schönes Weihnachtsfest und einen gesunden Rutsch in das neue Jahr!</p>				24.12.2021
			2	2								
			3	3								
				1	1	Montag	25.12.2021	<p>Das Team von Menü Express wünscht euch ein schönes Weihnachtsfest und einen gesunden Rutsch in das neue Jahr!</p>				25.12.2021
			2	2								
			3	3								
				1	1	Dienstag	26.12.2021	<p>Das Team von Menü Express wünscht euch ein schönes Weihnachtsfest und einen gesunden Rutsch in das neue Jahr!</p>				26.12.2021
			2	2								
			3	3								
				1	1	Mittwoch	27.12.2021	<p>Das Team von Menü Express wünscht euch ein schönes Weihnachtsfest und einen gesunden Rutsch in das neue Jahr!</p>				27.12.2021
			2	2								
			3	3								
				1	1	Donnerstag	28.12.2021	<p>Das Team von Menü Express wünscht euch ein schönes Weihnachtsfest und einen gesunden Rutsch in das neue Jahr!</p>				28.12.2021
			2	2								
			3	3								
				1	1	Freitag	29.12.2021	<p>Das Team von Menü Express wünscht euch ein schönes Weihnachtsfest und einen gesunden Rutsch in das neue Jahr!</p>				29.12.2021
			2	2								
			3	3								

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



Sandwich-Ecke:
SW1 = Gouda-Tomate^{1,A,A1,C}
SW2 = Schinken-Käse^{1,4,5,6,A1,C}
SW3 = Salami-Käse^{1,4,5,A, A1,A2, A3,A4}

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe und Allergene:
 1 = mit Farbstoff
 2 = mit Süßungsmittel
 3 = mit Süßungsmittel
 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. Pekannuss
 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!