






# 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*			
01.01.2021	 <p style="text-align: center;"><b>Das Team von Menü Express wünscht Euch ein gesundes neues Jahr!</b></p>  				01.01.2021	Freitag					1	1		
04.01.2021					04.01.2021	Montag							1	1
05.01.2021					05.01.2021	Dienstag							1	1
06.01.2021	<b>Heilige Drei Könige</b>				06.01.2021	Mittwoch					1	1		
07.01.2021					07.01.2021	Donnerstag						1	1	
08.01.2021					08.01.2021	Freitag						1	1	
09.01.2021	Grüner Erbseneintopf <sup>A, A1, D</sup> mit einem Wiener Würstchen <sup>4, 5, 6, D, E</sup> , Vanillepudding <sup>C</sup>	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und Schnitzelwurst <sup>4, 5, 6, D, E</sup> , Vanillepudding <sup>C</sup>	Blumenkohl-Käse-Schnitzel <sup>A, A1, B, C, D</sup> mit Kräutersoße <sup>A, A1, C</sup> und Kartoffeln, Vanillepudding <sup>C</sup>	Fladenbrot sandwich mit Gemüse und Hähnchenbrust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E, M</sup>	07.01.2021	Donnerstag					1	1		
10.01.2021	Gebratener Reis mit Ei und Gemüse <sup>B, C</sup> , dazu süß-saure Soße <sup>4, A, A1, D, O</sup>	Wurstgulasch mit Kartoffelbrei <sup>5, C</sup>	Crispy-Fisch <sup>5, A, A1, F</sup> mit Honig-Senfsoße <sup>1, A, A1, C, E</sup> , Kartoffeln und Rohkost <sup>4, 5</sup>	Nudelsalat <sup>A, A1, C, E</sup> mit 1 Boulette <sup>A, A1, B, D</sup> , dazu Senf <sup>E</sup>	08.01.2021	Freitag					1	1		
11.01.2021	Milchreis <sup>C</sup> mit Zimt, Zucker und Apfelmus <sup>5</sup>	Kohlrabieintopf <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Apfelmus <sup>5</sup>	Lose Wurst mit Sauerkraut und Kartoffeln, Apfelmus <sup>5</sup>	Baguette Napoli (mit Kochschinken, Mozzarella und Tomate) <sup>1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E</sup>	11.01.2021	Montag					1	1		
12.01.2021	Kartoffel-Gemüse-Eintopf <sup>1, A, A1</sup>	Eierfrikassee <sup>1, A, A1, B, C, E</sup> mit Fleischklößchen <sup>B</sup> und Gemüsereis <sup>C</sup>	Putenbraten <sup>D</sup> mit Soße <sup>1, A, A1, D</sup> , grünen Bohnen <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln	Schnitzelbrötchen <sup>1, A, A1, C, E</sup>	12.01.2021	Dienstag					1	1		
13.01.2021	Steckrübeneintopf <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Rote Grütze und Soße mit Vanillegeschmack <sup>1, A, A1, C</sup>	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und Hinterkochschinkenwürfel <sup>4, 5, 6</sup> , Rote Grütze & Soße mit Vanillegeschmack <sup>1, A, A1, C</sup>	Gemüsenugets <sup>A, A1, A4, C</sup> mit Gemüserahmsoße <sup>A, A1, C, D</sup> und Kartoffeln, Rote Grütze & Soße mit Vanillegeschmack <sup>1, A, A1, C</sup>	Bagel mit Tomate, Salatgurke, Paprika und roten Zwiebeln <sup>A, A1, A4, C, O</sup>	13.01.2021	Mittwoch					1	1		
14.01.2021	Vegetarische Kartoffelpfanne mit Wurzelgemüse <sup>D</sup> und Käsesahnesoße <sup>A, A1, C</sup> , Obst	Hähnchengeschnetzeltes mit Gemüstreifen <sup>1, A, A1, C, D</sup> und Reis <sup>C</sup> , Obst	Königsberger Klops <sup>B</sup> mit Kapernsoße <sup>1, A, A1, C</sup> , Kartoffeln und Rote Beete <sup>2</sup> , Obst	Griechischer Sommersalat mit Balkankäse und Oliven <sup>C, E</sup>	14.01.2021	Donnerstag					1	1		
15.01.2021	Nudel-Gemüse-Auflauf <sup>1, A, A1, C</sup>	Schmorkohl mit Kartoffeln	Backfisch mit Dillsoße <sup>A, A1, C</sup> , Kartoffeln und Rohkost <sup>4, 5</sup>	Wrap mit Gemüse und Hähnchenbrust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>	15.01.2021	Freitag					1	1		
18.01.2021	Grießbrei <sup>A, A1, C</sup> mit Pflaumensoße <sup>1</sup> , Obst	Fadennudelsuppe mit Geflügelfleisch, Obst	Hühnerfrikassee mit Spargel und Klößchen <sup>1, A, A1, A4, B, C, D</sup> , dazu Kartoffeln, Obst	Baguette mit Kassler und Krautsalat <sup>2, 4, 5, 6, A, A1</sup>	18.01.2021	Montag					1	1		
19.01.2021	Möhreneintopf mit Rindfleisch	Ei <sup>B</sup> in Senfsoße <sup>1, A, A1, C, E</sup> mit Kartoffeln und Rohkost <sup>4, 5</sup>	Schweinebraten <sup>D, E</sup> mit Soße <sup>1, A, A1, D, E</sup> , Mischgemüse <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln	Bagel mit Thunfisch-Frischkäsecreme und Zwiebeln <sup>A, A1, A4, C, F, O</sup>	19.01.2021	Dienstag					1	1		

\* 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	Mittwoch	20.01.2021 Bunte Gemüsepfanne <sup>1</sup> mit Soße holländischer Art <sup>B, C</sup> und Kartoffeln, Mandarinenkompott	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomaten- soße <sup>A, A1</sup> und gebr. Jagd- wurstscheibe <sup>4, 5, 6, A, A1, D, E</sup> , Mandarinenkompott	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff Art" <sup>1, 2, A, A1</sup> mit Kartoffeln, Mandarinenkompott	Fladenbrotsandwich mit Pute, Zaziki und Balkankäse <sup>3, A, A1, C, M</sup>	20.01.2021
				2	2	Donnerstag	21.01.2021 Gemüsebällchen <sup>A, A1, D, O</sup> in fruchtiger Tomaten- soße <sup>A, A1</sup> und Reis <sup>C</sup> , Quarkspeise <sup>1, C</sup>	Gutsherrentopf (mit Gemüse, Kassler und Schweine- fleisch) <sup>1, 4, 5, 6, A, A1</sup> mit Kartoffeln, Quarkspeise <sup>1, C</sup>	Hähnchenkeule mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Rotkohl <sup>2, 5, A, A1</sup> und Kartoffeln, Quarkspeise <sup>1, C</sup>	Wrap mexikanisch mit Hackfleisch, Mais und Kidneybohnen <sup>A, A1</sup>	21.01.2021
			1	1							
			2	2							
				3	3	Freitag	22.01.2021 Vegetarisches Bami Goreng (Gebratene Nudeln mit Gemüse) <sup>4, A, A1, B, D, E, O</sup>	Seelachswürfel mit Möhren- Porree- und Selleriestreifen in Senfsoße <sup>1, 5, 7, A, A1, C, D, E, F, S</sup> , dazu Kartoffeln	Boulette <sup>A, A1, B</sup> mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Erbsen <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln	Ei- Baguette mit Salat, Tomate und Gewürz- gurke <sup>1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E</sup>	22.01.2021
			1	1							
			2	2							
				3	3	Montag	25.01.2021 Puddingsuppe mit Vanillegeschmack <sup>1, C</sup> mit Milchbrötchen <sup>1, A, A1, B, C</sup> , Birnenkompott	Tomatenreissuppe <sup>A, A1</sup> mit Geflügelfleisch- klößchen <sup>B</sup> , Birnenkompott	Leberragout vom Schwein <sup>1, A, A1</sup> mit Kartoffelbrei <sup>5, C</sup> , Birnenkompott	Chili-Braten- Sandwich <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>	25.01.2021
			1	1							
			2	2							
				3	3	Dienstag	26.01.2021 Blumenkohlentopf <sup>1, A, A1</sup> mit Hinterkochschinken- würfeln <sup>4, 5, 6</sup>	Rührei <sup>1, B</sup> mit Spinat <sup>5, A, A1, C</sup> mit Kartoffeln	Geflügelhackbraten <sup>6, A, A1, B, E</sup> mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Sommergemüse <sup>C</sup> und Kartoffeln	Wrap mit Gemüse und Balkankäse <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>	26.01.2021
			1	1							
			2	2							
				3	3	Mittwoch	27.01.2021 Westfälischer Bohneneintopf <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Erdbeeryoghurt <sup>C</sup>	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße und Jagdwurstwürfel <sup>4, 5, 6, A, A1, E</sup> , Erdbeeryoghurt <sup>C</sup>	Gemüseschnitzel <sup>A, A1, A5, D</sup> mit Möhrencremesoße <sup>A, A1,</sup> und Kartoffeln,	Bagel mit Frischkäse, Kochschinken und Salat <sup>4, 5, 6, A, A1, A4, C, O</sup>	27.01.2021
			1	1							
			2	2							
				3	3	Donnerstag	28.01.2021 Bunte Spätzlepfanne <sup>A, A1, B</sup> mit Gorgonzolasoße <sup>A, A1, C</sup> , Obst	Kassler- geschnetzeltes <sup>1, 4, 5, A, A1</sup> mit Kartoffeln, Obst	Schweineschnitzel <sup>A, A1</sup> mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Leipziger Allerlei <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln, Obst	Fruchtiger Geflügelsalat <sup>1, 2, 5, B, E</sup> mit Baguette <sup>A, A1</sup>	28.01.2021
			1	1							
			2	2							
				3	3	Freitag	29.01.2021 Bulgur <sup>A, A1</sup> mit Tomaten- Gemüsesoße <sup>A, A1</sup>	Gehacktesstippe <sup>1, 2, 4, A, A1</sup> mit Kartoffelbrei <sup>5, C</sup> und Gewürzgurke <sup>2, 4</sup>	Fischburger <sup>A, A1, C, F</sup> mit Kräutersoße <sup>A, A1, C</sup> und Gemüseris <sup>C</sup>	Sandwich mit Putenbrust und Ananas <sup>1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E</sup>	29.01.2021
			1	1							
			2	2							
				3	3						

**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

Lebensmittelsicherheit  
regelmäßig überprüft  
durch die  
Hochschule Anhalt

**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            | 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!**