



# 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*
01.06.2023	<b>Serbischer Bohneneintopf</b> 4, 5, A, A1, D, mit Rindfleisch, Obst	<b>Spätzle-Gemüsepfanne</b> A, A1, B mit Tomaten-Curry-Soße A, A1, Obst	<b>Hackbraten</b> A, A1, B, E mit brauner Soße 1, A, A1, Mischgemüse 1, A, A1 und Salzkartoffeln, Obst	<b>Fruchtiger Geflügelsalat</b> 1, 2, 5, B, E mit Baguette A, A1	01.06.2023	Donnerstag				1
02.06.2023	<b>Tomatenreissuppe</b> A, A1 mit Fleischklößchen B	<b>Tortellini mit Käsefüllung</b> A, A1, B, C und vegetarischer Bolognesesoße A, A1, C	<b>Backfisch</b> A, A1, E, F mit Dillsoße A, A1, C, Salzkartoffeln und Gurkensalat	<b>Baguette Napoli</b> (mit Kochschinken, Mozzarella und Tomate) 1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E	02.06.2023	Freitag				1
05.06.2023	<b>Möhrensuppe</b> 1, A, A1 mit Rindfleisch, Obst	<b>Hefeklöße</b> A, A1, B, C mit Erdbeersoße 1, Obst	<b>Bami Goreng</b> (Gebr. Mie-Nudeln mit Chinagemüse und Sojasoße) 4, A, A1, B, D, E, O mit Geflügelfleisch, Obst	<b>Sandwich</b> mit Putenaufschnitt und Ananas 1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E	05.06.2023	Montag				1
06.06.2023	<b>Weißkohleintopf</b> 1, A, A1 mit Schweinefleisch	<b>Ei</b> B in Senfsoße 1, A, A1, C, E mit Salzkartoffeln und Rote Beete 2	<b>Kräuterschweinebraten</b> D, E mit Bratensoße 1, A, A1, D, E, Familiengemüse C und Salzkartoffeln	<b>Bagel</b> mit Tomate-Mozzarella und Basilikum A, A1, A4, C, O	06.06.2023	Dienstag				1
07.06.2023	<b>Kartoffel-Hack-Auflauf</b> A, A1, C, Schokopudding C	<b>Nudeln</b> A, A1 mit fruchtiger Tomatensoße A, A1, Schokopudding C	<b>Blumenkohl-Käse-Schnitzel</b> A, A1, B, C, D mit Soße "Holländische Art" B, C und Salzkartoffeln, Schokopudding C	<b>Kartoffelsalat</b> 2, E mit 1 Boulette A, A1, B, D, dazu Senf E	07.06.2023	Mittwoch				1
08.06.2023	<b>Kartoffelsuppe</b> 1, A, A1, D mit Bockwurstscheiben 4, 5, 6, D, E, Obst	<b>Gnocchi-Gemüsepfanne</b> (mit Bohnen, Paprika, Pilzen) B mit Kräuterquark C, Obst	<b>Seelachswürfel</b> mit Gemüsestreifen in Senfsoße 1, 4, 7, A, A1, C, D, E, F, S, dazu Kräuter-Eblyweizen A, A1, Obst	<b>Ei-Baguette</b> mit Salat, Tomate und Gewürzgurke 1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E	08.06.2023	Donnerstag				1
09.06.2023	<b>Pichelsteiner Gemüseeintopf</b> 1, D mit Rindfleisch	<b>Spargelragout</b> A, A1, C mit Salzkartoffeln	<b>Hähnchenkeule</b> mit Geflügelsoße 1, A, A1, Rotkohl 2, 5, A, A1 und Salzkartoffeln	<b>Wrap mexikanisch</b> mit Hackfleisch, Mais und Kidneybohnen A, A1	09.06.2023	Freitag				1
12.06.2023	<b>Pastinakencremesuppe</b> 1, A, A1 mit karamellisierten Karottenwürfel, Apfelmus 5	<b>Milchnudeln</b> 1, A, A1, C mit Zimt, Zucker und Apfelmus 5	<b>Putenschnitzel</b> A, A1 mit Geflügelsoße 1, A, A1, Sommergemüse C und Kartoffelbrei 5, C, Apfelmus 5	<b>Wrap</b> mit Kochschinken und Frischkäse 1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E	12.06.2023	Montag				1
13.06.2023	<b>Reissuppe</b> D mit Geflügelfleisch	<b>Süßkartoffel-Kichererbsen-Curry</b> mit Reis C	<b>Königsberger Klops</b> B mit Kapernsoße 1, A, A1, C, Salzkartoffeln und Weißkohl-Möhrenrohkost 4, 5	<b>Fladenbrot</b> mit Zaziki, Krautsalat und Balkankäse 2, 5, A, A1, C, M	13.06.2023	Dienstag				1
14.06.2023	<b>Wurzelgemüseeintopf</b> 1, A, A1, D mit Rindfleisch, Obst	<b>Paprika-Linsenragout</b> A, A1, D mit Rosmarin-Kartoffeln, Obst	<b>Nudeln</b> A, A1 mit Tomatensoße A, A1 und gebr. Jagdwurstscheibe 4, 5, 6, D, E, Obst	<b>Couscoussalat</b> mit Gurke, Tomate, Zwiebeln A, A1 und Hähnchenbruststreifen	14.06.2023	Mittwoch				1
15.06.2023	<b>Asiat. Glasnudeleintopf</b> mit Geflügelfleisch O, Quarkspeise 1, C	<b>Rührei</b> 1, B mit Blumenkohl in Kräutersoße 1, A, A1, C und Salzkartoffeln, Quarkspeise 1, C	<b>Bratwurst</b> 6, D, E mit Soße 1, A, A1, Rahmwirsing 1, A, A1, C und Salzkartoffeln, Quarkspeise 1, C	<b>Bagel</b> mit Salami, Remouladensoße und Salat 1, 2, 3, 4, 5, A, A1, A4, B, C, E, O	15.06.2023	Donnerstag				1
16.06.2023	<b>Drillinge</b> (kleine Kartoffeln) mit Radieschen-Kräuterquark C	<b>Bunte Spirelli</b> A, A1 mit Brokkoli-Sahnesoße A, A1, C	<b>Fischli</b> A, A1, C, F mit Spinat-Käsesoße 1, A, A1, C und Reis C	<b>Baguette</b> mit Kassler und Krautsalat 2, 4, 5, 6, A, A1	16.06.2023	Freitag				1
19.06.2023	<b>Gelber Erbseneintopf</b> A, A1, D, Obst	<b>Puddingsuppe mit Schokogeschmack</b> C und Zwieback A, A1, A4, C, O, Obst	<b>Boulette</b> A, A1, B mit brauner Soße 1, A, A1, Butterbohnen C und Salzkartoffeln, Obst	<b>Bagel</b> mit Thunfisch-Frischkäsecreme und Zwiebeln A, A1, A4, C, F, O	19.06.2023	Montag				1

\* 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	Dienstag	<b>Kesselgulasch</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Brötchen <sup>A, A1, A2, A4, C, O</sup>	<b>Buntes Eierragout</b> <sup>1, A, A1, B, C, E</sup> mit Salzkartoffeln	<b>Hühnerfrikassee "Gärtnerin Art"</b> <sup>1, A, A1, A4, C, D</sup> mit Salzkartoffeln	<b>Nudelsalat</b> <sup>A, A1, C, E</sup> mit einem Wiener Würstchen <sup>4, 5, 6</sup> , dazu Senf <sup>E</sup>	20.06.2023
				2						
				3						
				1	Mittwoch	<b>Süßkartoffelcremesuppe</b> <sup>1, A, A1, D</sup> mit Vollkornbrot <sup>A, A1, A2, A4</sup> , Buttermilchdessert <sup>C</sup>	<b>Nudeln</b> <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und Bockwurstwürfel <sup>4, 5, 6</sup> , Buttermilchdessert <sup>C</sup>	<b>Rindergeschnetzeltes</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Gemüsestreifen <sup>D</sup> und Salzkartoffeln, Buttermilchdessert <sup>C</sup>	<b>Fladenbrotsandwich</b> mit Tomate-Mozzarella <sup>1, 4, 5, A, A1, B, C, E, M</sup>	21.06.2023
				2						
				3						
				1	Donnerstag	<b>Wirsingkohleintopf</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Obst	<b>Gehacktesstippe</b> <sup>1, 2, 4, A, A1</sup> mit Kartoffelbrei <sup>5, C</sup> und Gewürzgurke <sup>2, 4</sup> , Obst	<b>Falafelbällchen</b> (aus Kichererbsen und Bulgur) <sup>A, A1</sup> in Möhrencremesoße <sup>A, A1, C</sup> mit Bulgur <sup>A, A1</sup> , Obst	<b>Wrap</b> mit Gemüse und Hähnchenbrust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>	22.06.2023
				2						
				3						
				1	Freitag	<b>Blumenkohlcremesuppe</b> mit Blumenkohl-röschen <sup>1, A, A1, C</sup> und Vollkornbrot <sup>A, A1, A2, C</sup>	<b>Paprika-Wurstgulasch</b> <sup>1, 4, 5, 6, A, A1, E</sup> mit Kritharaki (reisförmige Hartweizennudeln) <sup>A, A1</sup>	<b>Crispy-Fisch</b> <sup>5, A, A1, F</sup> mit Tomaten-Basilikumsoße <sup>A, A1</sup> , Reis <sup>C</sup> und Rotkohl-Rohkost <sup>4, 6</sup>	<b>Schnitzelbrötchen</b> <sup>1, 4, 5, A, A1, B, C, E</sup>	23.06.2023
				2						
				3						
				1	Montag	<b>Bunte Muschelnudelsuppe</b> <sup>A, A1, B, D</sup> mit Pfirsichkompott	<b>Grießbrei</b> <sup>A, A1, C</sup> mit Pfirsichkompott	<b>Schweinegeschnetzeltes "Zürcher Art"</b> <sup>A, A1, C</sup> mit Spätzle <sup>A, A1, B</sup> , Pfirsichkompott	<b>Bagel</b> mit Frischkäse, Kochschinken und Salat <sup>4, 5, 6, A, A1, A4, C, O</sup>	26.06.2023
				2						
				3						
				1	Dienstag	<b>Tomatencremesuppe</b> <sup>A, A1</sup> mit Brot <sup>A, A1, A2, C</sup>	<b>Ei-Patty</b> <sup>B, C, D</sup> auf Kaiserrahmgemüse <sup>C</sup> mit Salzkartoffeln	<b>Schweinegulasch</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Rotkohl <sup>2, 5, A, A1</sup> und Petersilienkartoffeln	<b>Fruchtiger Käsesalat</b> <sup>1, 2, 5, B, C, E</sup> , dazu Brot <sup>A, A1, A2, C</sup>	27.06.2023
				2						
				3						
				1	Mittwoch	<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 geriebenen Käse <sup>4, B, C</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>Fladenbrotsandwich</b> mit Pute, Zaziki und Balkankäse <sup>3, A, A1, C, M</sup>	28.06.2023
				2						
				3						
				1	Donnerstag	<b>Kohlrabieintopf</b> <sup>1, A, A1</sup> mit Brot <sup>A, A1, A2, A4</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>Panierte Jagdwurstscheibe</b> <sup>4, 5, 6, A, A1, D, E</sup> mit brauner Soße <sup>1, A, A1</sup> , Erbsengemüse <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>	29.06.2023
				2						
				3						
				1	Freitag	<b>Käse-Lauch-Cremesuppe</b> mit Hackfleisch <sup>1, A, A1, C</sup>	<b>Eierkuchen</b> <sup>A, A1, B, C</sup> mit Apfelmus <sup>5</sup>	<b>Fischnuggets</b> <sup>A, A1, C</sup> mit Dillsoße <sup>A, A1, C</sup> , Kartoffelbrei <sup>5, C</sup> und Wachsreißbohnen Salat	<b>Baguette</b> mit Fleischkäse und Remoulade <sup>1, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E</sup>	30.06.2023
				2						
				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>**

**Legende:**  
 = 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  
 2 = mit Süßungsmittel  
 3 = mit Geschmacksverstärker  
 4 = mit Konservierungsstoff  
 5 = mit Antioxidationsmittel  
 6 = mit Phosphat  
 7 = geschwefelt  
 8 = gewachst

**Allergene:**  
**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!**

