



# 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*         |             |             |
|------------|--|---|--|---|--------------------------|----|----|----|----|----------------------|-------------|-------------|-------------|
| 01.06.2022 | Wachsbrechen-<br>eintopf <sup>1, A, A1</sup><br>mit Schweinefleisch,<br>Obst   | Nudeln <sup>A, A1</sup> mit<br>Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und<br>Geflügelfleischklößchen <sup>5, B</sup> ,<br>Obst                                    | Brokkoli-Nuss-<br>Ecke <sup>A, A1, A3, D, G, G2, G4</sup> mit<br>Soße holländischer Art <sup>B, C</sup><br>und Kartoffeln, Obst                        | Wrap<br>mit Kochschinken und<br>Friskkäse <sup>1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E</sup>                             | 01.06.2022<br>Mittwoch   |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 02.06.2022 | Gemüsebällchen <sup>A, A1, D, O</sup><br>in Möhrencremesoße <sup>A, A1, C</sup><br>mit Kartoffeln,<br>Schokopudding <sup>C</sup>         | Paprika-<br>Wurstgulasch <sup>1, 4, 5, 6, A, A1, E</sup><br>mit Kartoffelbrei <sup>5, C</sup> ,<br>Schokopudding <sup>C</sup>                           | Boulette <sup>A, A1, B</sup><br>mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Leipziger<br>Allerlei <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln,<br>Schokopudding <sup>C</sup> | Bagel<br>mit Tomate-Mozzarella<br>und Basilikum <sup>A, A1, A4, C, O</sup>                                  | 02.06.2022<br>Donnerstag |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 03.06.2022 | Bunte Nudeln <sup>A, A1</sup><br>mit vegetarischer<br>Bolognesesoße <sup>A, A1, C, D</sup>   | Seelachswürfel mit Möhren-<br>Porree- und Selleriestreifen in<br>Senfsoße <sup>4, A, A1, C, D, E, F</sup> mit<br>Kartoffeln und Rohkost <sup>4, 5</sup> | Wurstigel <sup>4, 5, 6</sup><br>in Tomaten-Curry-Soße <sup>A, A1</sup><br>mit Kartoffelbrei <sup>5, C</sup><br>und Rohkost <sup>4, 5</sup>             | Fladenbrot sandwich<br>mit Gemüse<br>und Hähnchen-<br>brust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E, M</sup>           | 03.06.2022<br>Freitag    |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 06.06.2022 | Pfingstmontag  |   |  |   |                          |    |    |    |    | 06.06.2022<br>Montag |             | 1<br>2<br>3 | 1<br>2<br>3 |
| 07.06.2022 | Kesselgulasch <sup>1, A, A1</sup><br>mit Brötchen <sup>A, A1, A2, A4, C, O</sup>   | Eierfrikassee <sup>1, A, A1, B, C, E</sup><br>mit Fleischklößchen <sup>B</sup><br>und Kartoffeln  | Gemüsefrikadelle <sup>A, A1, B</sup><br>mit Kräuter-<br>Friskkäsesoße <sup>A, A1, C</sup><br>und Reis <sup>C</sup>                                     | Bagel<br>mit Thunfisch-<br>Friskkäsecreme<br>und Zwiebeln <sup>A, A1, A4, C, F, O</sup>                     | 07.06.2022<br>Dienstag   |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 08.06.2022 | Kartoffeln<br>mit Radieschen-<br>Kräuterquark <sup>C</sup> ,<br>Obst   | Nudeln <sup>A, A1</sup> mit<br>Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und<br>Bockwurstwürfel <sup>4, 5, 6</sup> ,<br>Obst   | Putenbraten <sup>D</sup><br>mit Soße <sup>1, A, A1</sup> ,<br>Kohlrabigemüse <sup>1, A, A1</sup><br>und Kartoffeln, Obst                               | Baguette Napoli<br>(mit Kochschinken,<br>Mozzarella und<br>Tomate) <sup>1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E</sup> | 08.06.2022<br>Mittwoch   |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 09.06.2022 | Gemüsecremesuppe<br>mit Blumenkohl-<br>röschen <sup>1, A, A1, C, D</sup> ,<br>Mangojoghurt <sup>C</sup>                                  | Szegediner Gulasch<br>(vom Schwein) <sup>1, A, A1</sup><br>mit Kartoffeln,<br>Mangojoghurt <sup>C</sup>   | Crispy-Fisch <sup>5, A, A1, F</sup> mit<br>Honig-Senfsoße <sup>1, A, A1, C, E</sup><br>und Gemüsereis <sup>C</sup><br>Mangojoghurt <sup>C</sup>        | Fladenbrot sandwich<br>mit Gemüse<br>und Hähnchen-<br>brust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E, M</sup>           | 09.06.2022<br>Donnerstag |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 10.06.2022 | Puddingsuppe<br>mit Schokogeschmack <sup>C</sup><br>und Zwieback <sup>A, A1, A4, C, O</sup>  | Gehacktesstippe <sup>1, 2, 4, A, A1</sup><br>mit Kartoffelbrei <sup>5, C</sup><br>und Gewürz gurke <sup>2, 4</sup>                                      | Hähnchen-Gockelchen <sup>A, A1</sup><br>mit Soße <sup>1, A, A1</sup> ,<br>Erbsen <sup>1, A, A1</sup><br>und Kartoffeln                                 | Wrap<br>mit Gemüse und<br>Balkankäse <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>                                     | 10.06.2022<br>Freitag    |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 13.06.2022 | Hefeklöße <sup>A, A1, B, C</sup><br>mit Erdbeersoße <sup>1</sup> ,<br>Obst   | Weißer Bohneneintopf <sup>A, A1, D</sup><br>mit Kasslerfleisch <sup>4, 5, 6</sup> ,<br>Obst   | Rindergeschnetzeltes<br>mit Gemüstreifen <sup>D</sup><br>und Kartoffeln,<br>Obst   | Penne-Tomatensalat<br>mit Putenbrust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, E</sup>  | 13.06.2022<br>Montag     |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 14.06.2022 | Lasagne Bolognese <sup>A, A1, B, C</sup><br><b>Lasagne</b>   | Rührei <sup>1, B</sup> mit Blumenkohl<br>in Kräutersoße <sup>1, A, A1, C</sup><br>und Kartoffeln  | Schweinebraten <sup>D, E</sup><br>mit Soße <sup>1, A, A1</sup> ,<br>Frühlingsgemüse <sup>C</sup><br>und Kartoffeln                                     | Fladenbrot sandwich<br>mit Tomate-<br>Mozzarella <sup>1, A, A1, C, E, M</sup>                               | 14.06.2022<br>Dienstag   |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 15.06.2022 | Pichelsteiner<br>Gemüseintopf <sup>1, D</sup><br>mit Rindfleisch,<br>Wackelpudding <sup>1</sup>  | Nudeln <sup>A, A1</sup><br>mit Bolognesesoße <sup>A, A1</sup> ,<br>Wackelpudding <sup>1</sup>   | Gemüsedino <sup>A, A1, A2, B, D, M</sup><br>mit Spinat-Käsesoße <sup>1, A, A1, C</sup><br>und Kartoffeln,<br>Wackelpudding <sup>1</sup>                | Bagel<br>mit Friskkäse,<br>Hähnchenbrust<br>und Rucola <sup>A, A1, A4, C, O</sup>                           | 15.06.2022<br>Mittwoch   |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 16.06.2022 | Gebratener Reis mit Ei und<br>Gemüse <sup>B, C</sup> , dazu süß-saure<br>Soße <sup>4, A, A1, D, O</sup> ,<br>Quarkspeise <sup>1, C</sup> | Hühnerfrikassee nach<br>"Gärtnerin Art" <sup>1, A, A1, A4, C, D</sup><br>mit Kartoffeln,<br>Quarkspeise <sup>1, C</sup>                                 | Putenschnitzel <sup>A, A1</sup><br>mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Möhren-<br>Mixgemüse <sup>C</sup> und<br>Kartoffeln, Quarkspeise                     | Baguette<br>mit Kassler<br>und Krautsalat <sup>2, 4, 5, 6, A, A1</sup>                                      | 16.06.2022<br>Donnerstag |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>3 |             |             |
| 17.06.2022 | Vollkornnudeln <sup>A, A1</sup> mit<br>Tomatensoße "Afghanische<br>Art" (mit Zwiebeln, Knob-<br>lauch und Koriander) <sup>A, A1</sup>    | Kassler-<br>geschnetzeltes <sup>1, 4, 5, A, A1</sup><br>mit Kartoffeln  | Fischnuggets <sup>A, A1, F</sup><br>mit Schnittlauchsoße <sup>A, A1, C</sup> ,<br>Kartoffeln<br>und Rohkost <sup>4, 5</sup>                            | Wrap mexikanisch<br>mit Hackfleisch, Mais<br>und Kidneybohnen <sup>A, A1</sup>                              | 17.06.2022<br>Freitag    |    |    |    |    | 1<br>2<br>3          | 1<br>2<br>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     | 20.06.2022 | Grießbrei <sup>A, A1, C</sup><br>mit Pfirsichkompott  | Tomatenreissuppe <sup>A, A1</sup><br>mit Fleischklößchen <sup>B</sup> ,<br>Pfirsichkompott   | Hähnchenbrust "natur"<br>mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Familien-<br>gemüse <sup>C</sup> und Kartoffeln,<br>Pfirsichkompott                                  | Baguette<br>mit Fleischkäse und<br>Remoulade <sup>1, 4, 5, 6, A, A1, C, E</sup>              | 20.06.2022 |
|    |    |    |    | 2 | 2  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 3 | 3  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 1 | 1  | Dienstag   | 21.06.2022 | Kohlrabieintopf <sup>1, A, A1</sup><br>mit Schweinefleisch  | Ei <sup>B</sup> in Senfsoße <sup>1, A, A1, C, E</sup> ,<br>Kartoffeln<br>und Rote Beete <sup>2</sup>   | Putengeschnetzeltes <sup>1, A, A1, C</sup><br>mit Mischgemüse <sup>1, A, A1</sup><br>und Kartoffeln  | Griechischer Sommersalat<br>mit Balkankäse<br>und Oliven <sup>C, E</sup>                     | 21.06.2022 |
|    |    |    |    | 2 | 2  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 3 | 3  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 1 | 1  | Mittwoch   | 22.06.2022 | Grüner Bohneneintopf <sup>1, A, A1</sup><br>mit Rindfleisch,<br>Erdbeerpudding <sup>C</sup>                                       | Nudeln <sup>A, A1</sup> mit<br>Tomatensoße und<br>Jagdwurstwürfel <sup>4, 5, 6, A, A1, E</sup> ,<br>Erdbeerpudding <sup>C</sup>                      | Gemüseschnitzel <sup>A, A1, A5</sup><br>mit Brokkoli-Sahne-<br>soße <sup>A, A1, C</sup> und Kartoffeln,<br>Erdbeerpudding <sup>C</sup>                       | Sandwich<br>mit Putenbrust und<br>Ananas <sup>1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E</sup>            | 22.06.2022 |
|    |    |    |    | 2 | 2  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 3 | 3  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 1 | 1  | Donnerstag | 23.06.2022 | Kartoffelpfanne "Western Art"<br>(mit Mais, Möhren,<br>Brechbohnen und<br>Kidneybohnen),<br>dazu Zaziki <sup>C</sup> , Obst       | Gutsherrentopf (mit<br>Gemüse, Kassler und<br>Schweinefleisch) <sup>1, 4, 5, 6, A, A1</sup><br>mit Kartoffeln, Obst                                  | Geflügelhackbraten <sup>6, A, A1, B, E</sup><br>mit Soße <sup>1, A, A1, E</sup> ,<br>Sommergemüse <sup>C</sup><br>und Kartoffeln, Obst                       | Wrap<br>mit Thunfischcreme,<br>Salat und frischen<br>Zwiebeln <sup>A, A1, C, F</sup>         | 23.06.2022 |
|    |    |    |    | 2 | 2  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 3 | 3  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 1 | 1  | Freitag    | 24.06.2022 | Gemüsefrikassee <sup>1, A, A1, C</sup><br>mit Reis <sup>C</sup>   | Currywurstpfanne<br>(Wurstscheiben in Tomaten-<br>Curry-Soße) <sup>4, 5, 6, A, A1, D, E</sup><br>mit Kartoffelbrei <sup>5, C</sup>                   | Backfisch <sup>A, A1, E, F</sup><br>mit Petersiliensoße <sup>A, A1, C</sup><br>und Gemüseris <sup>C</sup>  | Bagel<br>mit Frischkäse,<br>Kochschinken<br>und Salat <sup>4, 5, 6, A, A1, A4, C, O</sup>    | 24.06.2022 |
|    |    |    |    | 2 | 2  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 3 | 3  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 1 | 1  | Montag     | 27.06.2022 | Milchreis <sup>C</sup><br>mit Zimt, Zucker<br>und Apfelmus <sup>5</sup>   | Möhreneintopf <sup>1, A, A1</sup><br>mit Rindfleisch,<br>Apfelmus <sup>5</sup>   | Würzfleisch mit<br>Pilzen <sup>1, A, A1, A4, C, D</sup><br>und Kartoffeln,<br>Apfelmus <sup>5</sup>  | Bagel<br>mit Tomate, Salatgurke,<br>Paprika und roten<br>Zwiebeln <sup>A, A1, A4, C, O</sup> | 27.06.2022 |
|    |    |    |    | 2 | 2  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 3 | 3  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 1 | 1  | Dienstag   | 28.06.2022 | Spätzle-<br>Gemüsepfanne <sup>A, A1, B</sup><br>mit Gorgonzolasoße <sup>A, A1, C</sup>  | Buntes<br>Eierragout <sup>1, A, A1, B, C, E</sup><br>mit Kartoffeln  | Kasslerbraten <sup>4, 5, 6, D, E</sup><br>mit Soße <sup>1, A, A1, D, E</sup> ,<br>Sauerkraut <sup>5, A, A1</sup><br>und Kartoffeln                           | Wrap<br>mit Gemüse<br>und Hähnchen-<br>brust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>              | 28.06.2022 |
|    |    |    |    | 2 | 2  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 3 | 3  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 1 | 1  | Mittwoch   | 29.06.2022 | Linseneintopf <sup>A, A1, D</sup> mit<br>Schnippelwurst <sup>4, 5, 6, D, E</sup> ,<br>Obst  | Nudeln <sup>A, A1</sup> mit<br>Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und<br>Hinterkochenwürfel <sup>4, 5, 6</sup>   | Blumenkohl-Käse-<br>Schnitzel <sup>A, A1, B, C, D</sup> und<br>Soße holländischer Art <sup>B, C</sup><br>und Kartoffeln, Obst                                | Fladenbrot<br>mit Zaziki, Krautsalat<br>und Balkankäse <sup>2, 5, A, A1, C, M</sup>          | 29.06.2022 |
|    |    |    |    | 2 | 2  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 3 | 3  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 4 | 4  | Donnerstag | 30.06.2022 | Dinkelnudeln <sup>A, A1, A5</sup><br>mit Pilz-Sahnesoße <sup>A, A1, C</sup> ,<br>Buttermilchdessert<br>Birne-Vanille <sup>C</sup> | Hähnchengeschnetzeltes in<br>Curry-Ananas-Soße <sup>1, A, A1, C</sup><br>mit Reis <sup>C</sup> ,<br>Buttermilchdessert<br>Birne-Vanille <sup>C</sup> | Schmorwurst <sup>6, D, E</sup> mit<br>Soße <sup>1, A, A1</sup> , Blumenkohl <sup>C</sup> und<br>Kartoffeln, Buttermilchdessert<br>Birne-Vanille <sup>C</sup> | Schopskasalat <sup>C, E</sup> ,<br>dazu Mischbrot <sup>A, A1, A2, C</sup>                    | 30.06.2022 |
|    |    |    |    | 5 | 5  |            |            |   |  |  |  |            |
|    |    |    |    | 6 | 6  |            |            |   |  |  |  |            |

**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            | 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!**