



# 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*
01.07.2022	Vegetarischer Tomatennudel-eintopf <sup>A, A1, B, D</sup>	Pfundstopf (mit Schwein, Rind, Gehacktes) <sup>1, A, A1</sup> mit Kartoffeln	Fischli <sup>A, A1, C, F</sup> mit Dillsoße <sup>A, A1, C</sup> , Kartoffelbrei <sup>5, C</sup> und Rohkost <sup>4, 5</sup>	Schnitzelbrötchen <sup>1, A, A1, C, E</sup>	01.07.2022 Freitag					1 2 3	1 2 3
04.07.2022	Germknödel mit Schokoladencremefüllung <sup>A, A1, C, G, G4, O</sup> , dazu Soße mit Vanillegeschmack <sup>1, C</sup> , Obst	Reissuppe <sup>D</sup> mit Geflügelfleisch, Obst	Kassler-geschnetzeltes <sup>1, 4, 5, A, A1</sup> mit Kartoffeln, Obst	Couscoussalat mit Gurke, Tomate, Zwiebeln <sup>A, A1</sup> und Hähnchenbruststreifen	04.07.2022 Montag					1 2 3	1 2 3
05.07.2022	Süßkartoffeleintopf mit Hackfleisch <sup>1, A, A1, D</sup>	Ei <sup>B</sup> in Schnittlauchsoße <sup>A, A1, C</sup> mit Kartoffeln und Gurkensalat	Kräuterschweinebraten <sup>D, E</sup> mit Soße <sup>1, A, A1, D, E</sup> , Kohlrabigemüse <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln	Bagel mit Thunfisch-Frischkäsecreme und Zwiebeln <sup>A, A1, A4, C, F, O</sup>	05.07.2022 Dienstag					1 2 3	1 2 3
06.07.2022	Pichelsteiner Gemüseintopf <sup>1, D</sup> mit Rindfleisch, Pfirsich-Maracuja-Joghurt <sup>C</sup>	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und Fleischklößchen <sup>B</sup> , Pfirsich-Maracuja-Joghurt <sup>C</sup>	Gemüsenuggets <sup>A, A1, A4, C</sup> mit Möhrencremesoße <sup>A, A1, C</sup> und Kartoffeln, Pfirsich-Maracuja-Joghurt <sup>C</sup>	Wrap mit Kochschinken und Frischkäse <sup>1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E</sup>	06.07.2022 Mittwoch					1 2 3	1 2 3
07.07.2022	Kartoffeln mit buntem Kräuterquark <sup>C</sup> , Obst	Geflügel-Schlemmerpfanne mit Wirsingkohl, <sup>1, A, A1, C</sup> dazu Kartoffeln, Obst	Schweineschnitzel <sup>A, A1</sup> mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Leipziger Allerlei <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln, Obst	Ei-Baguette mit Salat, Tomate und Gewürzgurke <sup>1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E</sup>	07.07.2022 Donnerstag					1 2 3	1 2 3
08.07.2022	Buntes Pfannengemüse <sup>1</sup> mit Kräuter-Frischkäsesoße <sup>A, A1, C</sup> und Kartoffeln	Jägerschmaus (Hackfleisch und Gemüse) <sup>A, A1, C</sup> und Kartoffeln	Crispy-Fisch <sup>5, A, A1, F</sup> mit fruchtiger Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und Gemüserais <sup>C</sup>	Fladenbrotsandwich mit Pute, Zaziki und Balkankäse <sup>3, A, A1, C, M</sup>	08.07.2022 Freitag					1 2 3	1 2 3
11.07.2022	Eierkuchen <sup>A, A1, B, C</sup> mit Apfelmus <sup>5</sup>	Buchstabennudelsuppe <sup>A, A1, B, D</sup> mit Geflügelfleisch, Apfelmus <sup>5</sup>	Schmorkohl (Gehacktes-Weißkohlpfanne) <sup>1, A, A1</sup> mit Kartoffeln, Apfelmus <sup>5</sup>	Chili-Braten-Sandwich <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>	11.07.2022 Montag					1 2 3	1 2 3
12.07.2022	Lasagne Bolognese	Rührei <sup>1, B</sup> mit Spinat <sup>A, A1, C</sup> und Kartoffeln	Rinderschmorbraten <sup>D, E</sup> mit Soße <sup>1, A, A1, D, E</sup> , Butterbohnen <sup>C</sup> und Kartoffeln	Fruchtiger Geflügelsalat <sup>1, 2, 5, B, E</sup> mit Baguette <sup>A, A1</sup>	12.07.2022 Dienstag					1 2 3	1 2 3
13.07.2022	Westfälischer Bohneneintopf <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Schokopudding <sup>C</sup>	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und Bockwurstwürfel <sup>4, 5, 6</sup> , Schokopudding <sup>C</sup>	Gemüsefrikadelle <sup>A, A1, B</sup> mit Petersiliensoße <sup>A, A1, C</sup> , Kartoffeln und Rohkost <sup>4, 5</sup> , Schokopudding <sup>C</sup>	Bagel mit Tomate-Mozzarella und Basilikum <sup>A, A1, A4, C, O</sup>	13.07.2022 Mittwoch					1 2 3	1 2 3

Das Team von Menü Express wünscht euch schöne Sommerferien.

**Legende:** = vegetarische Gerichte = Gericht enthält Fisch  
 = Gericht enthält Schweinefleisch = Gericht enthält Rindfleisch  
 = Gericht enthält Geflügelfleisch = 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                 |                   |                                  |                          |                                 |

**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>

**Sandwich-Ecke:**

- SW1 = Gouda-Tomate<sup>1,A,A1,C</sup>
- SW2 = Schinken-Käse<sup>1,4,5,6,A1,C</sup>
- SW3 = Salami-

Trotz einer sehr genauen Be- und Verarbeitung können Kreuzkontaminationen nicht ausgeschlossen werden. Dadurch können Spuren von anderen Allergenen in den Produkten enthalten sein.

Bitte wählen Sie Ihr Menü und kreuzen es an. Bestellungen bitte bis zum 20. des Monats abgeben.

ÄNDERUNGEN FÜR DEN AKTUELLEN TAG BITTE BIS 7:30UHR MELDEN.

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN!

\* S = Salat; SW = Sandwich, siehe Salat-Ecke/Sandwich-Ecke