



# 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*
02.11.2020	Milchreis <sup>C</sup> mit Zimt, Zucker und Apfelmus <sup>5</sup>	Sternchennudel- suppe <sup>A, A1, B, D</sup> mit Geflügelfleisch, Apfelmus <sup>5</sup>	Hähnchennuggets <sup>A, A1</sup> mit fruchtiger Tomaten- soße <sup>A, A1</sup> und Kräuterris <sup>C</sup> , Apfelmus <sup>5</sup>	Baguette mit Kasserlbraten und Krautsalat <sup>2, 4, 5, 6, A, A1</sup>	02.11.2020 Montag					1 2 3	1 2 3
03.11.2020	Kohlrabieintopf <sup>1, A, A1</sup> mit Kasserlfleisch <sup>4, 5, 6</sup>	Rührei <sup>1, B</sup> mit Spinat <sup>5, A, A1, C</sup> und Kartoffeln	Geflügelhackbraten <sup>6, A, A1, B, E</sup> mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Möhren-Maisgemüse <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln	Hähnchen- Schnitzelbrötchen <sup>1, A, A1, C, E</sup>	03.11.2020 Dienstag					1 2 3	1 2 3
04.11.2020	Pichelsteiner Gemüseintopf <sup>1, D</sup> mit Rindfleisch, Schokopudding <sup>C</sup>	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße und Jagdwurstwürfel <sup>4, 5, 6, A, A1, E</sup> , Schokopudding <sup>C</sup>	Gemüseschnitzel <sup>A, A1, A5, D</sup> mit Petersiliensoße <sup>A, A1, C</sup> und Kartoffeln, Schokopudding <sup>C</sup>	Bagel mit Frischkäse, Hähnchenbrust und Rucola <sup>A, A1, A4, C, O</sup>	04.11.2020 Mittwoch					1 2 3	1 2 3
05.11.2020	Veg. Klöße <sup>A, A1, B, D, O</sup> in Paprika-Sahnesoße <sup>A, A1, C</sup> mit Reis <sup>C</sup> , Obst	Bauerngulasch <sup>1, 4, 5, 6, A, A1, E</sup> mit Kartoffeln, dazu Rohkost <sup>4, 5</sup> , Obst	Putensteak mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Leipziger Allerlei <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln, Obst	Wrap mexikanisch mit Hackfleisch, Mais und Kidneybohnen <sup>A, A1</sup>	05.11.2020 Donnerstag					1 2 3	1 2 3
06.11.2020	Kartoffel-Zucchini-Pfanne mit Tomaten- Frischkäsesoße <sup>A, A1, C</sup>	Hühnerfrikassee mit Spargel und Klößchen <sup>1, A, A1, A4, B, C, D</sup> dazu Kartoffeln	Crispy-Fisch <sup>5, A, A1, F</sup> mit Dillsoße <sup>A, A1, C</sup> und Gemüsereis <sup>C</sup>	Nudelsalat <sup>A, A1, C, E</sup> mit 1 Boulette <sup>A, A1, B, D</sup> und Senf <sup>E</sup>	06.11.2020 Freitag					1 2 3	1 2 3
09.11.2020	Grießbrei <sup>A, A1, C</sup> mit Mandarinenkompott	Grüner Bohneneintopf <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Mandarinenkompott	Putenschnitzel <sup>A, A1</sup> mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Kohlrabi <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln, Mandarinenkompott	Couscoussalat mit Gurke, Tomate, Zwiebeln <sup>A, A1</sup> und Hähnchenbruststreifen	09.11.2020 Montag					1 2 3	1 2 3
10.11.2020	Kichererbseneintopf <sup>A, A1, D</sup>	Buntes Eierfrikassee <sup>1, A, A1, B, C, E</sup> mit Kartoffeln	Kasserlbraten <sup>4, 5, 6, D, E</sup> mit Soße <sup>1, A, A1, D, E</sup> , Sauerkraut <sup>5, A, A1</sup> und Kartoffeln	Bagel mit Thunfisch- Frischkäsecreme und Zwiebeln <sup>A, A1, A4, C, F, O</sup>	10.11.2020 Dienstag					1 2 3	1 2 3
11.11.2020	Kartoffel- Brokkoliauflauf <sup>1, A, A1, C</sup> , Quarkspeise <sup>1, C</sup>	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und Fleischklößchen <sup>B</sup> , Quarkspeise <sup>1, C</sup>	Polenta-Spinattasche <sup>A, A1, C</sup> mit Frischkäsesoße <sup>A, A1, C</sup> und Kartoffeln, Quarkspeise <sup>1, C</sup>	Salami-Käse-Baguette mit Gurke und Tomate <sup>1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E</sup>	11.11.2020 Mittwoch					1 2 3	1 2 3
12.11.2020	Kartoffeln mit buntem Kräuterquark <sup>C</sup> , Obst	Putengeschnetzeltes mit Gemüwestreifen <sup>1, A, A1, C, D</sup> und Reis <sup>C</sup> , Obst	Boulette <sup>A, A1, B</sup> mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Rosenkohl <sup>C</sup> und Kartoffeln, Obst	Wrap mit Gemüse und Ei <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup>	12.11.2020 Donnerstag					1 2 3	1 2 3
13.11.2020	Vollkornnudeln <sup>A, A1</sup> mit vegetarischer Bolognesesoße <sup>A, A1, C, D</sup>	Gutsherrentopf (mit Gemüse, Kassler und Schweinefleisch) <sup>1, 4, 5, 6, A, A1</sup> mit Kartoffeln	Paniertes Fischfilet <sup>A, A1, F</sup> mit Butter-Zitronen- soße <sup>5, 7, A, A1, C, S</sup> , Kräuterris <sup>C</sup> und Polenta <sup>4, 5</sup>	Baguette Napoli (mit Kochschinken, Mozzarella und Tomate) <sup>1, 2, 4, 5, 6, A, A1, B, C, E</sup>	13.11.2020 Freitag					1 2 3	1 2 3
16.11.2020	Puddingsuppe mit Vanillegeschmack <sup>1, C</sup> , mit Milchbrötchen <sup>1, A, A1, B, C</sup> , Ananaskompott	Tomatenreissuppe <sup>A, A1</sup> mit Fleischklößchen <sup>B</sup> , Ananaskompott	Würzfleisch mit Pilzen <sup>1, A, A1, A4, C, D</sup> und Kartoffeln, Ananaskompott	Fladenbrotsandwich mit Pute, Zaziki und Balkankäse <sup>3, A, A1, C, M</sup>	16.11.2020 Montag					1 2 3	1 2 3
17.11.2020	Gulaschsuppe von Schwein und Rind <sup>1, A, A1</sup> mit Brötchen <sup>A, A1, A2, A4, C, O</sup>	Ei <sup>B</sup> in Senfsoße <sup>1, A, A1, C, E</sup> mit Kartoffeln und Rote Beete <sup>2</sup>	Hähnchenbrust "natur" mit Soße <sup>1, A, A1</sup> , Mischgemüse <sup>1, A, A1</sup> und Kartoffeln	Wrap mit Kochschinken und Frischkäse <sup>1, 2, 4, 5, A, A1, B, C, E</sup>	17.11.2020 Dienstag					1 2 3	1 2 3
18.11.2020	Wachsbrechbohnen- eintopf <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Pfirsich- Maracuja-Joghurt <sup>C</sup>	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomaten- soße <sup>A, A1</sup> und Hinterkoch- schinkenwürfeln <sup>4, 5, 6</sup> , Pfirsich-Maracuja-Joghurt <sup>C</sup>	Gemüsefrikadelle <sup>A, A1, B</sup> mit Schnittlauchsoße <sup>A, A1, C</sup> und Kartoffeln, Pfirsich- Maracuja-Joghurt <sup>C</sup>	Fruchtiger Geflügelsalat <sup>1, 2, 5, B, E</sup> mit Baguette <sup>A, A1</sup>	18.11.2020 Mittwoch					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	Donnerstag	19.11.2020 vegetarisches Bami Goreng (Gebratene Nudeln mit Gemüse) <sup>4, A, A1, B, D, E, O,</sup> Obst 	Gehacktesstippe <sup>1, 2, 4, A, A1</sup> mit Kartoffelbrei <sup>5, C</sup> und Gewürzgurke <sup>2, 4,</sup> Obst 	Kräuter- Geflügelbällchen <sup>A, A1, B</sup> in Kapernsoße <sup>1, A, A1, C</sup> mit Kartoffeln, Obst 	Bagel mit Tomate, Salatgurke, Paprika und roten Zwiebeln <sup>A, A1, A4, C, O</sup> 	19.11.2020					
				2	2	Freitag	20.11.2020 Mexikanische Reispfanne <sup>C</sup> mit Zaziki <sup>C</sup> 	Paprika- Wurstgulasch <sup>1, 4, 5, 6, A, A1, E</sup> mit Kartoffeln 	Fischburger <sup>A, A1, C, F</sup> mit Tomaten-Basilikum- Soße <sup>A, A1,</sup> Reis <sup>C</sup> und Rohkost <sup>4, 5</sup> 	Fladenbrotsandwich mit Gemüse und Hähnchen- brust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E, M</sup> 	20.11.2020					
			1	1	Montag							23.11.2020 Milchnudeln <sup>1, A, A1, C</sup> mit Zucker, Zimt und Apfelmus <sup>5</sup> 	Möhreneintopf <sup>1, A, A1</sup> mit Rindfleisch, Apfelmus <sup>5</sup> 	Schmorwurst <sup>6, D, E</sup> mit Soße <sup>1, A, A1,</sup> Sauerkraut <sup>5, A, A1</sup> und Kartoffeln, Apfelmus <sup>5</sup> 	Fladenbrotsandwich mit Tomate- Mozzarella <sup>1, A, A1, C, E, M</sup> 	23.11.2020
			2	2												
			3	3	Mittwoch	25.11.2020 Lasagne Bolognese <sup>A, A1, B, C,</sup> Obst 	Nudeln <sup>A, A1</sup> mit Tomatensoße <sup>A, A1</sup> und gebr. Jagdwurst- scheibe <sup>4, 5, 6, A, A1, D, E,</sup> Obst 	Blumenkohl-Käse- Schnitzel <sup>A, A1, B, C, D</sup> mit Soße holländischer Art <sup>B, C</sup> und Kartoffeln, Obst 	Wrap mit Gemüse und Hähnchen- brust <sup>1, 2, 5, A, A1, B, C, E</sup> 	25.11.2020						
			1	1							Donnerstag	26.11.2020 Gemüsebällchen <sup>A, A1, D, O</sup> mit Spinatsoße <sup>1, 5, A, A1, C</sup> und Kartoffeln, Rote Grütze und Soße mit Vanille- geschmack <sup>1, A, A1, C</sup> 	Wikinger-Topf (Gemüse und Fleischklößchen) <sup>1, A, A1, B, C</sup> mit Kartoffeln, Rote Grütze und Soße mit Vanille- geschmack <sup>1, A, A1, C</sup> 	Hähnchenkeule mit Soße <sup>1, A, A1,</sup> Rotkohl <sup>5, A, A1</sup> und Kartoffeln, Rote Grütze und Soße mit Vanille- geschmack <sup>1, A, A1, C</sup> 	Griechischer Sommersalat mit Balkankäse und Oliven <sup>C, E</sup> 	26.11.2020
			2	2												
			3	3	Montag	30.11.2020 Puddingsuppe mit Schokoladengeschmack <sup>C</sup> und Zwieback <sup>A, A1, A4, C, O,</sup> Fruchtcocktail <sup>1</sup> 	Bunte Reissuppe <sup>D</sup> mit Geflügelfleisch, Fruchtcocktail <sup>1</sup> 	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff Art" <sup>1, 2, A, A1</sup> mit Kartoffeln, Fruchtcocktail <sup>1</sup> 	Wrap mit Thunfischcreme, Salat und frischen Zwiebeln <sup>A, A1, C, F</sup> 	30.11.2020						

**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  
2 = mit Süßungsmittel  
3 = mit Geschmacksverstärker  
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. 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!**