

Menü Mobil

Ihre regionale Frische

Sehr geehrte Damen und Herren, als Speisenanbieter sind wir stets bestrebt, mit unseren Leistungen auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche einzugehen und uns weiterzuentwickeln. Für uns ein Zeichen, Ihre Wünsche und Erwartungen an eine gesunde Ernährung erfüllt zu haben. Aus diesem Grund haben wir uns für eine -Zertifizierung entschieden und bieten Ihnen ab dem 1.10.2020 im vegetarischen Menü eine Bio-Komponente **ohne Mehrpreis** an.
Beste Grüße aus Vogelsberg von
Menü Mobil «Ihre regionale Frische» GmbH

Allergene
1) mit Geschmacksverstärker; 2) mit Antioxidationsmittel; 3) mit Farbstoff; 4) mit Konservierungsstoff; 5) mit Süßstoff; 6) mit Phosphat; 7) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; A) Alkohol; B) Schweinefleisch; C) mit Rindfleisch a) glutenfrei; Getreide; a1) Weizen; a2) Roggen; a3) Gerste; a4) Hafer; b) Krustentiere; c) Eier; d) Fische; e) Erdnüsse; f) Sojabohnen; g) Milch; h) Schalenfrüchte; i) Sellerie; j) Senf; k) Sesamsamen; l) Schwefeldioxid und Sulfid > 10 mg/kg; m) Lupinen; n) Weichtiere. Spuren von Allergenen lt. EU LMV Nr. 1169/2011 können allerdings aus technologischen Gründen nicht ausgeschlossen werden. In einer Großküche sind prozessbedingte Kreuzkontaminationen aller 14 Hauptallergene unvermeidbar und lassen sich trotz sorgfältigster Reinigung, Prozessführung und Überwachung sowie auch seitens der vorgelagerten Produktionsstufen unserer Vorlieferanten nicht vollständig ausschließen.

Bestellschluss
Wochentags: Zubestellungen bis Vortag (Mo-Fr) 10:00 Uhr
Wochenende: Zubestellungen bis Mittwoch 08:00 Uhr
Abbestellungen: Mo-Fr bis 07:45 Uhr am selben Tag

Die Speisen für das **Wochenende** liefern wir Ihnen Freitags tiefgekühlt an. Haltbarkeit:
• tiefgekühlt: 14 Tage bei -18 Grad Celsius
Die Alu-Assietten können nach Abnahme des Deckels in der Mikrowelle erhitzt werden.
Wir wünschen guten Appetit.

Erwärmungshinweise | Aluminium-Assietten (tiefgekühlt)
Backofen:
1. Backofen auf 150 Grad vorheizen.
2. TK-Alu-Assiette mit Deckel in den Ofen stellen. (mittlere Schiene)
3. Ober/Unterhitze 50-60 min. Umluft 40-50 min.
Mikrowelle:
1. Aluminiumdeckel entfernen.
2. Mit mikrowelleneigneter Haube abdecken.
3. Bei 800 Watt, 10-15 min. erhitzen.
Je nach Gerät/Leistung muss die Zeit angepasst werden.

So erkennen Sie unsere -Kennzeichnung
Wo drauf steht, ist auch drin. Mit der -Komponente, die mit dem -Siegel gekennzeichnet ist, stellen wir sicher, dass gemäß den Regelungen der EG-Öko-Verordnung hergestellt worden ist. (Kontrollstelle Grünstempel DE-ÖKO-021)

Ernährungspfad nach den Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Ernährung

Datum	Menü 1 / Seniorenteller (STM) M1 6,20 € STM1 5,90 €	Menü 2 / Seniorenteller (STM) M2 6,60 € STM2 6,30 €	Menü 3 M3 7,80 €	V1 - vegetarisch Veg 6,60 €	Leichte Kost (Angaben pro 100 g) LeiKo 6,30€	Salat Sa 6,50 €	Kaltgericht Ka 5,95 €
Kalenderwoche 49 Mo 04.12.2023	Kohlrabi-Möhreneintopf mit Geflügelfleisch (a, a1, c, i) dazu Vollkornbrot (a1, a2, k)	Buntes Hühnerfrikassee (a, a2, f, g, i) mit Reis	Kabeljaufilet (d) auf cremigen Linsen (a, a1, g, i) dazu Kartoffeln	Quinoa-Erbsen-Frikadelle mit Paprikasoße (a, a1, g, i) dazu Kartoffeln v	Buntes Hühnerfrikassee (a, a2, f, g, i) mit Reis (182 kcal / 1,5 BE)	Salat „Menü Mobil“ mit Ei (c), Käse, Eisbergsalat, Gurke, Mais, eingelegter Kürbis und Hausdressing (c, g) v	Vollkornbaguette (a1) mit Putenbrustscheibchen (2, 4, 6), Remoulade (g), bunt garniert
Di 05.12.2023	Kartoffel-Kürbis-Cremesuppe mit Kokosmilch verfeinert dazu gebratene Hähnchenbrustwürfel und Vollkornbrot (a, g, i, j)	PutenCurrywurst mit Tomaten-Curry-Soße (3, a, a1, g, i, j) und Kartoffelpüree (g)	Hausgemachte Schweine-roulade (B, a, a1, j) mit Rotkohlgemüse (a, a1, f, i) dazu Zwiebelsoße (a, a1, g, i, j) und Kartoffelklöße	Vollkornnudeln (a, a1) mit cremiger Käse-Schnittlauch-Soße (3, a, a1, f, g) und hausgemachte Quarkspeise (g) v	Vollkornnudeln (a, a1) mit cremiger Käse-Schnittlauch-Soße (3, a, a1, f, g) und hausgemachte Quarkspeise (g) (186 kcal / 2,1 BE) v	Marinierter Nudel-Tomatensalat mit Kirschtomaten, getrockneten Tomaten, Ziebelllauch, Rucola und Feta dazu Tomaten-Pestodressing v	Baguette (a1) "Hot Dog" mit Würstchen (1, 2, 4, 6, 8, g), Ketchup (7), Senf (j), Gewürz-gurke (4, 7) und Röstzwiebeln (a1)
Mi 06.12.2023	Reiseintopf mit Blumenkohl, Karotte, Erbse dazu Vollkornbrot (a, a1, g, i, j, k) und Obst	Würzfleisch vom Schwein (B, a, g, i, j) mit Pilzen und Kartoffeln	Hähnchenschenkel mit Soße (3, a, a1, i) dazu Mischgemüse (a, g, i, j) und Kartoffeln	Quarkkeulchen (a, a1, g) mit Vanillesoße (1, a, a1, a2, g) v	Reiseintopf mit Blumenkohl, Karotte, Erbse dazu Vollkornbrot (a, a1, g, i, j, k) und Obst (119 kcal / 1,8 BE) v	Spaghettisalat (a, a1, c) mit Schwarzwälder Schinken (6, 8) und Tomaten-Joghurdressing (2, g)	Gebratenes Schnitzel mit Kartoffelsalat und Garnitur (4, 8, a, a1, g, j)
Do 07.12.2023	Weißer Bohneneintopf mit geräuchertem Bauchspeck dazu Brot (3, 6, 8, a, g, i, j)	Seelachsfilet gebacken (a, a1, d) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g, i) und Vollkornreis dazu Farmersalat (a, a1)	Thüringer Rostbrät mit geschmorten Zwiebeln (B, a, i, j) dazu Soße (B, a, g, i, j) und Kartoffeln	Vegetarisches Chili sin Carne (a, a1, g, i) mit Kidneybohnen, Tomate, Mais und Möhre dazu Vollkornreis (i) und Farmersalat (a, a1) v	Seelachsfilet gebacken (a, a1, d) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g, i) und Vollkornreis dazu Farmersalat (a, a1) (185 kcal / 1,5 BE) v	Salat mit Tomate, Gurke, Ei, Pilze, Käse, Hausdressing (2, 4, 8, c, g) und Vollkornbrötchen v	Salat von Rosmarinkartoffeln, Kürbis, Kirschtomaten, Zwiebelllauch und Ziegenkäse dazu Pestodressing v
Fr 08.12.2023	Kartoffel-Wirsing-Eintopf mit Kassler (1, 2, 4, 6, 8, g, i, j) dazu Vollkornbrot (a1, a2, k)	Rührei (a, a1, c, g, h) mit Rahmspinat (a, a1, g, i) und Kartoffeln v	Geschmorte Kohlroulade mit Soße dazu Kartoffeln (B, a, g, i, j) v	Bio-Nudeln (a, a1, c, f, j, k, m) mit einer Tomaten-Paprikasoße (a, g, i, j) dazu Weißkraut-Paprika-Salat v	Rührei (a, a1, c, g, h) mit Rahmspinat (a, a1, g, i) und Kartoffeln (70 kcal / 0,7 BE) v	„Schopskasalat“ Paprika, Tomate, Gurke, Balkankäse (a, a1, g, 2, 4) und einem Vollkornbrötchen (a, a1, a2, a3, a4) v	Gebratene Hähnchenbrust mit Nudelsalat und Garnitur (4, a, a1, g, j)
Sa 09.12.2023	Lammhacksteak (a, a1, g, i) mit Soße (a, a1, g, i) dazu Bohnengemüse (a, a1, f, g, i) und Kräuterreis	Sa M1 7,60 €	* x	So 10.12.2023	Rindfleisch „nach Tafelspitzart“ (C, i) mit Meerrettichsoße (2, a, a1, f, g, i) dazu Kartoffeln	So M1 7,60 €	* x
Kalenderwoche 50 Mo 11.12.2023	Gemüsesuppe (mit Kartoffeln, Karotten, Erbsen, Kohlrabi, Blumenkohl) (3, a, a1, i) dazu eine Scheibe Vollkornbrot (a, a1, a2, k)	Gedünstete Hähnchenbrust mit Tomaten-Frischkäse-Soße (a, a1, g, i) dazu Couscous (a, a1, g)	Seehechtfilet paniert (d) mit Dillsoße (a, a1, f, g) und Kartoffelpüree (3, g)	Grießbrei (a, a1, g) mit Zimt und Zucker dazu Apfel-Zimt-Kompott (2) v	Gemüsesuppe (mit Kartoffeln, Karotten, Erbsen, Kohlrabi, Blumenkohl) (3, a, a1, i) dazu eine Scheibe Vollkornbrot (a, a1, a2, k) (119 kcal / 1,1 BE) v	Salat „Roma“ Eisberg, Tomate, Schinken (B, 6), Mozzarella und Frenchdressing (g) v	Gegrilltes Putensteak mit Curryremoulade im Vollkornbrötchen (a, a1, c, g)
Di 12.12.2023	Linsensuppe mit Bockwurst (2, 4, 6, 7, 8, a, h, i) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k)	Gabelspaghetti (a, a1, c, f, j, k, m) mit Bolognese (B, c, a, g, i, j) und Käse (g)	Schnitzel (B, a, c, i) mit Mischgemüse (a, i) dazu Bratensoße (B, a, g, i) und Salzkartoffeln	Rote-Bete-Medaillons (a, a1, c, i) mit Schnittlauchsoße (a, i, g) dazu Salzkartoffeln v	Gabelspaghetti (a, a1, c, f, j, k, m) mit Bolognese (B, c, a, g, i, j) und Käse (g) (230 kcal / 2,1 BE) v	„Amerikanischer Salat“ Eisbergsalat, Mais, Paprika, Kidney-Bohnen, Tomate, Gurke dazu gebratene Hähnchenbruststreifen und American Dressing (a, g, i, j)	Sylter Heringssalat mit Brötchen und Mixsalat (2, 6, a, a1, a3, c, d, g, i, j)
Mi 13.12.2023	Spätzle-Gemüse-Eintopf mit Brokkoli, Blumenkohl und Karotte in Rahm (a, c, g, i, j) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k) v	Bratwurstpfanne mit Waldpilzen und Erbsen in Rahmsauce dazu Kartoffelbrei mit Röstzwiebeln (B, a, g, i, j)	Wildgulasch mit Waldpilz-Preiselbeersoße (B, a, a1, g) dazu Böhmisches Knödel (a, a1, g)	Vollkornnudeln (a, a1) mit Spinat-Rahmsauce (a, a1, g, i) dazu Vanillepudding (g) v	Vollkornnudeln (a, a1) mit Spinat-Rahmsauce (a, a1, g, i) dazu Vanillepudding (g) (146 kcal / 1,9 BE) v	„Caesars Chickensalat“, Mozzarella, Parmesan, Croutons und Hähnchenbrust dazu Hausdressing (5, a, a1, c, g, i)	Chicken Nuggets süß-sauer mit Curry-Reis-Salat und Garnitur (4, 7, a, a1, f, g, i, j)
Do 14.12.2023	Grüne Bohnensuppe mit Rindfleisch (a, c, g, i, j) dazu Vollkornbrot (a1)	Gebratenes Fischstäbchen mit einer Kräuter-Sahne-Soße (a, a1, g, i) dazu Kartoffelpüree (g) und Karottensalat mit Kürbiskernen	Kartoffel-Kürbis-Pfanne mit gebackener Hähnchenbrust dazu ein Sauerrahm-Schnittlauch-Dip (a, g, i, j)	Bunte Nudeln (a1, c, f, j, k, m) mit Tomaten-Mozzarellasoße (a1, g, i) dazu Karottensalat mit Kürbiskernen v	Gebratenes Fischstäbchen mit einer Kräuter-Sahne-Soße (a, a1, g, i) dazu Gemüse-Vollkornreis (i) und Karottensalat mit Kürbiskernen (124 kcal / 1,2 BE) v	Marinierter Tomatensalat mit Rucola, Gurke, rote Zwiebeln, Fetakäse und Balsamicodressing dazu Vollkornbrötchen (a, a1, a2, i, k) v	Backfisch mit hausgemachtem Kartoffelsalat und Garnitur (4, d, a, a1, c, g)
Fr 15.12.2023	Buntes Eierfrikassee mit Erbsen und Möhren (a, a2, c, f, g, i, j) dazu Salzkartoffeln und Rotkohlsalat v	Hausgemachter Hackbraten (B, a) mit Möhrengemüse (a1, c, f, g) dazu Soße (B, a, g, i, j) und Kartoffeln	Lachsfilet (d) mit Kartoffel-Lauch-Tomaten-Ragout (a, a1, g)	Blumenkohl-Knusperstern (a1, a, c, g) mit einer Kräuter-Rahm-Soße (a, g, i, j) und Salzkartoffeln v	Buntes Eierfrikassee mit Erbsen und Möhren (a, a2, c, f, g, i, j) dazu Salzkartoffeln und Rotkohlsalat (106 kcal / 1,2 BE) v	Salat mit Gurke, Tomate, Mais, Paprika und Falafelbällchen dazu ein Aubergine-Joghurt-Dressing (a, c, g, i, j) v	Gebratene Jagdwurst-scheibe (2, 4, 6, a1, B, c, g, j) mit hausgemachten Nudelsalat (a, g, i, j)
Sa 16.12.2023	Rindergeschnetzeltes (3, C, a, a1, i, g) "Köstlicher Art" in Schwarzbiersauce (A, a, a1, a3, g, i) mit Spätzle und Bohnensalat	Sa M1 7,60 €	* x	So 17.12.2023	Schweinebraten (B, i) mit pikanter Soße (B, a, a1, i, j) und Bayrisch Kraut (a, a1, i, j) dazu Kartoffeln	So M1 7,60 €	* x



Datum	Menü 1 / Seniorenteller (STM) M1 6,20 € STM1 5,90 €	Menü 2 / Seniorenteller (STM) M2 6,60 € STM2 6,30 €	Menü 3 M3 7,80 €	V1 - vegetarisch Veg 6,60 €	Leichte Kost (Angaben pro 100 g) LeiKo 6,30 €	Salat Sa 6,50 €	Kaltgericht Ka 5,95 €
Mo 18.12.2023	Erseneintopf mit Kartoffelwürfeln, Sellerie und Möhre (a, b, i, j) dazu Wiener (b, 6, a, i, j, g) und Vollkornbrot (a, a1)	Frikadelle (B, a, a1, c, f, g, j) mit Möhrengemüse (a1, c, f, g, i) dazu Kartoffeln und Soße (a, a1, g, i)	Gefüllte Paprikaschote (B, a, a1) mit Bratensoße (a, c, g, i) und Tomatenreis	Gemüsefrikadelle paniert aus Karotten, Erbsen, Kohlrabi (a1, a3, c, f, g, h) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g) und Kartoffeln v	Gemüsefrikadelle paniert aus Karotten, Erbsen, Kohlrabi (a1, a3, c, f, g, h) mit Kräutersoße (3, a, a1, f, g) und Kartoffeln (118 kcal / 1,4 BE)	Salatteller mit Kräuterfrischkäsetasche und Joghurt dressing (a, a1, g) v	Hausgemachter Geflügelsalat mit Curry und Mandarine dazu bunter Mixsalat und Brötchen (a, g, i, j)
Di 19.12.2023	Ungarische Gulaschsuppe (2, 3, B, a, a1, i) mit Kartoffeln und Gemüseeinlage dazu Brötchen (a1, a2)	Schweinegulasch (2, 4, B, a, a1, g, i, j) mit Böhmisches Knödeln (a, a1, g)	Rinderschmorbraten (c) mit Soße (a, c, g, i) dazu Rotkohlgemüse (a, a1, f, g) und Kartoffeln	Gemüsefrikassee (a1, c, f, g) (Karotten, Erbsen, Mais, Blumenkohl) mit Vollkornreis (i) dazu hausgemachter Fruchtjoghurt (g) v	Gemüsefrikassee (a1, c, f, g) (Karotten, Erbsen, Mais, Blumenkohl) mit Vollkornreis (i) dazu hausgemachter Fruchtjoghurt (g) (162 kcal / 1,2 BE)	Brotsalat mit Eisberg, Tomate, Gurke und Senfdressing (a, a1, g, i, c) v	Geflügelwieners mit hausgemachtem Nudelsalat und Garnitur (2, a, a1, g, i, j)
Mi 20.12.2023	Hefeklöße (a, a1, c) mit einer fruchtigen Erdbeer-Kirsch-Soße (3, a, a1, a2, g) v	Nudeln (a, a1, c) und Tomatensoße (a1, i) mit Jagdwurstwürfeln (B, 2, 3, 4, 6, a, i) dazu Weißkraut-Zucchini-Salat	Rotbarschfilet (d) auf Brokkoligemüse in Sauce Hollandaise (a, a1, a2, g, i) mit Petersilienkartoffeln	Bio-Nudeln (a, a1, c) mit Tomaten-Frischkäse-Soße (a, a1, g, i) dazu Weißkraut-Zucchini-Salat v	Bio-Nudeln (a, a1, c) mit Tomaten-Frischkäse-Soße (a, a1, g, i) dazu Weißkraut-Zucchini-Salat (134 kcal / 2,0 BE)	Chinesischer Nudelsalat (a, a1, a2, c, f) mit Sojakeimen, Frühlingsrolle (a, a1, a2, k) und Frenchdressing (a, a1, e, j, g) v	Baguette mit Thunfisch, Frischkäse, Tomate, Gurke und roten Zwiebeln (a, a1, d, g, i, j)
Do 21.12.2023	Gemüseterrine mit Kasslerfleisch (3, 6, B, a, i) dazu Brot (a1, a2, k)	Fischburger (a1, d, g) mit Dillsoße (a, a1, f, g, i) dazu hausgemachtes Kartoffelpüree (g) und Rote-Bete-Apfelsalat (2)	Gefüllter Schweinebraten (B, a1, g, i, j) mit Bratensoße (B, a, a1, g, j) dazu Kaisergemüse (a, a1, g) und Kartoffeln	Eipatty (a, a1, c, g, h) mit Rahmspinat (a, a1, g, i) und Kartoffeln v	Fischburger (a1, d, g) mit Dillsoße (a, a1, f, g, i) dazu hausgemachtes Kartoffelpüree (g) und Rote-Bete-Apfelsalat (2) (132 kcal / 1,2 BE)	Couscousalat mit Fetakäse, frischem Gemüse und Rucola dazu Joghurt dressing (g) v	Baguette mit Hähnchenbrust, Gurke, Tomate, Salat und Sweet-Chilli-Remoulade
Fr 22.12.2023	Reiseintopf mit Parboiled-Reis, Karotten, Erbsen, Kohlrabi, Porree, Sellerie, Blumenkohl (a, i) dazu Vollkornbrot (a, a1, a2, k) v	Hähnchen-Sahne-Ragout (a, g, i) dazu Spirellinudeln (a, a1, c)	Grünkohl mit Knacker und Kasseler dazu Kartoffeln (B, a, a1, g, i, j)	Chili sin Carne (Mais, Bohnen, Tomaten, Zwiebel) (a, h, i) dazu Vollkornreis (i) und Rote-Bete-Apfelsalat (2) v	Hähnchen-Sahne-Ragout (a, g, i) dazu Spirellinudeln (a, a1, c) (210 kcal / 1,9 BE)	Salatteller mit Erdnuss-Hähnchenspieß dazu Joghurt dressing (a, a1, e, j, g)	Asiatische Bowl mit Glasnudelsalat, Frühlingsrolle, süßscharfer Gurkensalat, bunter Salat und Curry-Karotten-Dip (a, a1, a, i, j) v
Sa 23.12.2023	Rinder-Gemüse-Gulasch (C, a, a1, g, i, j) dazu Böhmisches Knödel (a, a1, g)	Sa M1 7,60 €		So 24.12.2023	Hirschbraten mit einer Waldpilz-Rahmsoße dazu Rosenkohlgemüse und Kartoffeln (a, g, i, j)	So M1 7,60 €	



Mobiler Mittagsservice

Speiseplan

Dezember 2023

vom 04.12.2023 bis 31.12.2023

Kalenderwoche 49-52



- Unsere Vorteile:**
- Preis inklusive Dessert*, keine Mindestbestellmenge
 - **Hausgemacht:** Kartoffelpüree, Kartoffelsalat, Desserts und Salate, keine Lieferkosten
 - regionale Lieferanten und Zutaten
 - gesunde und abwechslungsreiche Menüs
 - Seniorenteller von Menü 1 + 2 (STM) Kleine Portion, kleine Preise!
- * laut Menüzusammenstellung

Die Lieferung für die Feiertage erfolgt am Freitag, den 22.12.2023, tiefgekühlt. Bestellschluss: Mittwoch, den 20.12.2023 10:00 Uhr.
Betriebsferien vom 23.12.2023 - 01.01.2024.
Wir sind ab dem 02.01.2024 wieder fröhlich im Regionalen Frische Einsatz.

Kunde werden?

- Anfrage per Telefon: 036372/97680 oder Online: www.menuemobil.net
- Öffnungszeiten: Mo- Fr 07:00 Uhr - 14:00 Uhr

App-Bestellung (Android/ IOS) Im App- oder Playstore unter Menü Mobil.



Menü Mobil «Ihre regionale Frische» GmbH
An der Sprötauer Str. 9, 99610 Vogelsberg b. Sömmerda
Tel.: 036372 / 97680
Fax.: 036372 / 976829
service@menuemobil.net • www.menuemobil.net
www.kita-catering.com

