

MENÜ-SERVICE EMKEN



☎ 0 44 62 - 91 59 77 0

🌐 www.menue-service-emken.de

Essen auf Rädern für die Region!

Name: _____

Adresse: _____

Speiseplan November



Die Lieferzeit liegt täglich zwischen 09:30 Uhr und 13:30 Uhr
Ab- oder Nachbestellungen sind telefonisch an Werktagen von
Mo-Fr zwischen 09:00 - 10:00 Uhr möglich.

Am Liefertag, an Wochenenden sowie Feiertagen können **keine**
Änderungen vorgenommen werden!

Menügröße

(Bitte ankreuzen)

☐ Klein (13,60€)

☐ Normal (14,10€)

Guten Appetit
Wünscht Ihnen ihr

MENÜ-SERVICE
EMKEN

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Samstag 01.11.2025	 Spanischer Linseneintopf Chorizo, Kartoffeln, Chili, Karotten, Zwiebl., Oregano, Thymian, Knob., Cayennepeffer 6,7 b/c/6BE	 Eisbeinflisch in Bratenfond, dazu Sauerkraut und Salzkartoffeln 1(W) a/b/c/z/3,5BE	 Geflügelfrikadelle * mit brauner Sauce, dazu Prinzessbohnen und Kartoffeln 1(W),3,7,10 a/4BE	  „Vita-fit Reispfanne“ * mit Fenchel, Möhren und Porree, dazu Petersiliensauce 1(W),3,7 6,5BE
Sonntag 02.11.2025	 Bratrippchen mit Bratensauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln 1(W) a/z/3,5BE	 Geschmorte Ochsenbrust * in Bratensauce, dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln 1(W),3,7 a/3,5BE	 Gedünstetes Putenbrustfilet * in Jus, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln 1(W) a/3BE	  Gemüsemedaillon * mit heller Rahmsauce, dazu Kartoffel- Kürbissstampf 1(W),3,7,9 4,5BE
Montag 03.11.2025	 Schwäbische Käsespätzle Pfannengericht mit Käse, gegrillten Zwiebelwürfel und Speck 1(W),3,7 b/c/d/7BE	 Putenschnitzel „Balkan Art“ * in pikanter Sauce mit Paprikastreifen, dazu Langkornreis 1(W) z/8BE	 Schweinegulasch in Sauce, dazu BIO-Erbсен und Spiralnudeln 1(W) a/8BE	  Blumenkohl im Backteig * mit Kräuter- Knoblauchsauce, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 7,5E
Dienstag 04.11.2025	  Veg. „Pytt i Panna“ * Schwed. Pfannengericht mit Kartoffelscheiben, Zwiebeln, Kohlrabi, Möhren, dazu Spiegelei und Rote Beete 3 h/6,5BE	 „Cordon bleu“ mit BIO-Blumenkohl in Béchamel, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 b/c/4BE	  Sojabällchen „Toskana“ * in Tomaten-Mozzarel- lasauce mit gehackten Tomaten, Basilikum, dazu Wildreis 1(W),3,7,9 8BE	  Asiatische Bratnudelpfanne * mit Frühlingszwiebeln, Gemüse und Sojasauce 1(W),6 6BE
Mittwoch 05.11.2025	 Deftige Erbsensuppe mit einer Bockwurst 9 b/c/3BE	 Rinderhacksteak „Texas“ vom Grill * mit BBQ-Sauce, dazu Langkornreis mit Kidneybohnen 1(W),3,10 z/7BE	 Hähnchenfiletstücke „Gärtnerin Art“ * in heller Sauce mit Gemüseeinlage, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,7 3BE	  Veganes Gulasch * mit Soja-Schnetzel in Sauce, dazu Apfel-Rotkohl und Klöße 1(W),6 a/z/5,5BE
Donnerstag 06.11.2025	 BIO-Spaghetti „Bolognese“ * mit Rinderhack- fleischsauce 1(W) 8,5BE	 Grobe Bratwurst mit Sauce, dazu Weißkohl und Kartoffeln 1(W),3,7,9 a/4BE	 3 Klopse „Jäger Art“ in Champignonsauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln 1(W),3,7,12 a/b/c/e/3,5BE	  3 Kartoffeltaschen „Frischkäse- Kräuter“ * dazu leichte Käsesauce und Buttergemüse 1(W),3,7 4,5BE
Freitag 07.11.2025	 Kutterfischfrikadelle mit Speck-Bohnen in Rahm, dazu Kartoffeln 1(W),3,4,7 b/c/6,5BE	 „Schnüschen“ Norddeutscher Eintopf mit dicken Et grünen Bohnen, Erbsen, Kartof- feln, Kohlrabi, Karotten, Kassler- u. Speckwürfel 7 b/c/4,5BE	 Putengeschnetzeltes mit Gemüse * in heller Sauce, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 3BE	  Kartoffel- Gemüsegratin * mit buntem Gemüse in Béchamel mit Käse überbacken 3,7 2,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Samstag 08.11.2025	 Kasslertopf mit Rosenkohl Kasslerstücke mit Zwiebeln, Schmelzkäse, Creme fine und Muskat, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 b/c/3BE	 Provenzalisches Rindergeschnetzeltes* mit Thymian, Rosmarin, Petersilie und Tomatenstücke, dazu Reis 1(W) a/6,5BE	 „Hausgemachte Kartoffelsuppe“ mit eingeschnittener Wurst 7,9 b/c/3BE	 Spätzle-Pilzpflanne * mit Champignons und Stockschwämmchen, herzhaft gewürzt, dazu Rahmsauce 1(W),3,7,9 a/5,5BE
Sonntag 09.11.2025	 Backschinken mit dunkler Zwiebelsauce, Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W),10 a/b/c/z/4BE	 Rosmarin- Putenbraten * in Rahmsauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln 1(W),3,7 a/3,5BE	 Kalbsgulasch * in Sauce, dazu Gemüse-Pilz-Pflanne und Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	 Zwiebelkuchen „Badische Art“ * mit Zwiebeln, Parmesan, Eier und saurer Sahne 1(W),3,7 a/2,5BE
Montag 10.11.2025	 Eierpfannkuchen * mit Apfelmus 1(W),3,7 c/6,5BE	 „DDR Jägerschnitzel mit Feuerwehrsauce“ panierte Jagdwurst, dazu Ketchupsauce mit Zwiebeln und Spiralnudeln 1(W),3,7,10 b/c/z/8BE	 Hackbraten in brauner Sauce mit BIO-Blumenkohl und Kartoffeln 1(W),10 a/3,5BE	 Grünkohl-Hanf-Bratling * in Kräuter-Senfauce, dazu Möhrenscheiben und Kartoffeln 1(W),3,7,10 5BE
Dienstag 11.11.2025	 „Bergsteigers Kartoffelgratin“ * mit Rinderhackfleisch, Pilzen, Kartoffelscheiben und gratiniertem Käse 1(W),7,12 b/c/e/3BE	 „Ditzumer Fischtopf“ Fischeintopf mit Speck, Zwiebeln und Möhren, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,4,7 c/b/4BE	 Geflügelbratwurst * mit brauner Sauce, dazu Kohlrabi und Kartoffeln 1(W),3,7,9 a/3,5BE	 Spaghetti Napoli * mit Tomaten-Basilikumsauce 1(W) 9BE
Mittwoch 12.11.2025	 Würzige Schweinefleischfrikadelle mit dunkler Zwiebelsauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln 1(W),3 a/z/4,5BE	 Nasi Goreng * Indonesisches Reisgericht mit Hähnchenbruststreifen, Gemüse, Kokos und Curry 1(W),6,10 4,5BE	 „Bremer Hühnersuppe“ * mit Suppengrün, Gemüsezwiebel, Petersilie, und Reis, dazu ein Kaiserbrötchen 1(W),3,7,9 4BE	 Patros-Pflanne * mit Fetakäse, Paprika, Zucchini und Auberginen und frittierte Kartoffelwürfel 7 3,5BE
Donnerstag 13.11.2025	 Bauernschnitzel (paniert) mit gebratenen Zwiebeln, Speck und Champignons, dazu Kartoffeln 1(W) a/b/c/4BE	 „Räuberplatte“ kleine Bratwurst und Schweinebraten mit Zigeunersauce, dazu Kartoffeln 7 z/4BE	 Hühnerfrikassee „klassisch“ * mit Spargelstücken, Champignons und Erbsen, dazu Langkornreis 1(W),7,12 b/c/e/6BE	 Gemüseravioli in Tomatensauce mit Mais und Erbsen 1(W),3,7 9BE
Freitag 14.11.2025	 „Münsterländer Wirsingintopf“ mit Kartoffelwürfel und Mettwurstscheiben 7 b/c/3BE	 Paprikarahm- Putengeschnetzeltes * mit Zwiebeln, Crème fraîche, Knoblauch und Thymian, dazu Kartoffelröstlingen 1(W),3,7 3,5BE	 Gedünstetes Seelachsfilet * mit Kräutersauce, dazu Salzkartoffeln und ein Eisbergsalat 1(W),3,4,7 3BE	 1 Chinaschnitte „Hong-Kong“ * dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen und Reis 1(W),9,10 z/9BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Samstag 15.11.2025	 Lauch-Reis-Eintopf * mit Rindfleisch, Lauch, Basmatireis und Staudensellerie, dazu ein Kaiserbrötchen 1(W),3,7,9 5BE	 Scheibe vom Nackenbraten mit Bratensauce, dazu Spitzkohl und Kartoffeln 1(W),3,7 a/3,5BE	 Geflügelfleischkäse * in Sauce mit Pastinaken und Kartoffeln 1(W) a/b/c/j/4BE	  Broccoli-Nussecke * mit Kräutersauce, dazu junge BIO-Erbsen und Kartoffelpüree 1(W),3,5,7,8(H) 5BE
Sonntag 16.11.2025	 „Tiroler Schweine- bauch“ (gepökelt) mit Zwiebel-Kümmel- sauce, dazu Weißkohl mit Speck und Knödel 1(W),3,7 a/b/c/5,5BE	 Lammragout * mit Paprika, Zwiebeln, Möhren, Tomaten, Knoblauch und Thymian, dazu Reis 1(W) a/6BE	 Poulardenbrust „Florentiner Art“ * mit Sauce, dazu Blattspinat und Salzkartoffeln 1(W),3,7 a/3BE	  6 Kartoffel- röstinchen * mit frischen Champignons in Kräuter-Knoblauch- sauce 1(W),3,7 5BE
Montag 17.11.2025	 Hack-Lauch-Pfanne * mit Rindfleisch und Sahne, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 5BE	 Leberkäse mit cremiger Honig-Senfsauce mit Dill, dazu Kartoffeln und ein Gurkensalat 1(W),3,7,10 b/c/j/3,5BE	 Hähnchenschenkel * mit Sauce, dazu Kaisergemüse und Kartoffelstampf 1(W) a/3BE	  Spaghetti „Arrabiata“ * fruchtige Tomaten- sauce mit Chili, Knoblauch, Zwiebeln und ital. Kräuter 1(W) 8,5BE
Dienstag 18.11.2025	 „Köttbullar“ * Rinderhackfleisch- bällchen in Rahmsauce, dazu Kartoffelpüree und Preiselbeergelee 1(W,H),3,7 a/5BE	 Schweinegulasch „Hausfrauen Art“ m. Zwiebel, Speck und Tomatenmark, dazu Blumenkohl in Béchamel u. Kartoffeln 1(W),3,7 a/b/c/3,5BE	  2 gekochte Eier * in Senfsauce mit BIO-Spinat und Kartoffeln 1(W),3,7,10 3,5BE	  Vegetarischer Bauerntopf * mit Sojahack, Knobl., Kartoffel, Möhre, Paprika, Zwiebel, Linsen, Tomatenmark 1(W,G),6 3,5BE
Mittwoch 19.11.2025	 „Verrücktes Sauerkraut“ mit Hackfleisch, Chili, Tomatenmark, Käse, Zwiebeln, Schmand, dazu Kartoffelstampf 1(W),3,7 7BE	 Putenschnitzel „Wiener Art“ * mit Rahmsauce, jungen BIO-Erbsen und Kartoffeln 1(W),3,7 a/5BE	 Wokgemüse mit Hühnchen * mit Paprika, gestiftelte Möhren und Broccoli in Sojasauce, dazu Naturreis 1(W),6 b/6,5BE	  „Gnocchi ai quattro formaggi“ * Kartoffelklößchen mit 4-Käsesauce 1(W),3,7 8BE
Donnerstag 20.11.2025	  „Ostfriesischer Hüdel“ * Gegarter Hefekloß in Vanillesauce mit warmem Birnen- kompott 1(W),3,7 a/z/8BE	 Ostfriesische dicke Bohnen mit Mettenden und Salzkartoffeln 1(W),3,7 b/c/3,5BE	  Frischer vegetarischer Möhreneintopf * mit Sojahack 7,6 2BE	  BIO-Vollkorn- rigatoni * mit sahniger Paprikasauce, Kirschtomaten und Friskäse 1(W),3,7 6BE
Freitag 21.11.2025	 Tomatensuppe „Toskana“ * Geflügelhackfleisch- bällchen, Basilikum, Knobl., Reiseinlage, dazu Kaiserbrötchen 1(W),7 6BE	 Gebratenes Schellfischfilet * dazu Currysauce, BIO-Broccoli und Salzkartoffeln 1(W),3,4,7 3,5BE	 Gek. Rindfleisch (Polnische Art) * mit Dillsauce, dazu Fingermöhren und Kartoffeln 1(W),3,7 3,5BE	  Steckrüben- Kartoffelauflauf * mit Zwiebeln, Sesam, Apfelwürfel, Muskat, Majoran, Sahne mit Käse überbacken 1(W),3,7,11 4BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Samstag 22.11.2025	 Weißer Bohneneintopf mit Mettwurst- scheiben, Speck und Kartoffelwürfel 9 b/c/j/3BE	 „Grootheider Stipp“ Mehlschwitze mit Speck und Zwiebeln, dazu grüne Bohnen und Kartoffeln 1(W),7 b/c/4BE	 Putengulasch * in Sauce, dazu Möhrenscheiben und Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	 Veganes Bami Goreng * indonesisches Gericht mit gebratenen Nudeln und Asia-Gemüse 1(W),6 5BE
Sonntag 23.11.2025	 Bauernroulade Hackfleischrolle mit Zwiebeln, Speck und Gurken in Bratensau- ce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W) a/b/c/z/4BE	 Tellerbraten vom Rind * Rinderbratenscheibe mit klassischer Braten- sauce, dazu grüne Bohnen und Klöße 1(W) a/5BE	 Schweinebraten mit Sauce, dazu Kaisergemüse und Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	 Quinoa-Erbsen- Frikadelle * mit pikanter Senfsauce (m. Zwiebeln, Sahne, Petersilie), dazu Möh- ren und Kartoffeln 1(W),3,7,9,10 5BE
Montag 24.11.2025	 „Chili con Carne“ * mit Rinderhackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidney- bohnen, dazu Reis 7BE	 1 große Nürnberger Rostbratwurst mit Sauce auf Sauerkraut, dazu Kartoffeln 1(W),9,10 a/j/3,5BE	 Kohlrabieintopf mit Fleischeinlage 7 2,5BE	 Sesam-Karotten- Knuspersticks * mit Sauce Bernaise, dazu BIO-Erbsen und Kartoffeln 1(W),3,7,11 6,5BE
Dienstag 25.11.2025	 Jägerschnitzel mit Champignon- rahmsauce, dazu Buttergemüse und Salzkartoffeln 1(W),3,7,12 a/b/c/e/4,5BE	 Deftiger Steckrübeneintopf mit Speck, Petersilie, Kartoffelwürfel und Mettwurstscheiben 7 b/c/2,5BE	 Rührei * mit Tomaten-Paprika- ragout und Kartoffelrösti 1(W),3,7,9 4BE	 Vegetarische Käsespätzle * Pfannengericht mit Zwiebeln, dazu Käse-Sahnesauce 1(W),3,7 d/7,5BE
Mittwoch 26.11.2025	 Lasagne „al Forno“ * mit Rinderhackfleisch- und Béchamelsauce 1(W),3,7 4,5BE	 Hähnchenbrust * mit Frühlingszwiebeln, Möhren, Ingwer, Chili, Knoblauch u. Honig in Sojasauce, dazu Reis 1(W),6 a/7BE	 Schweineragout mit Kartoffeln und Möhrensalat 1(W) a/b/c/z/3,5BE	 „Tant Tinis Grünkohleintopf“ * mit Kartoffelwürfeln 1(H),10 b/c/2,5BE
Donnerstag 27.11.2025	 „Berliner Currywurst“ in Gewürzketchup- sauce, dazu Kartoffelpüree und ein Gurkensalat 7 b/c/j/z/3,5BE	 Gegrilltes Putenfilet * mit Blumenkohl in Béchamel, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 b/c/3BE	 Kürbis-Möhren- Eintopf * mit Rinderhackfleisch und Petersilie 4BE	 Farfalle mit Spinat- Erdnuss-Sauce * mit Tomate, Spinat, Erdnussbutter, Sahne und Muskat 1(W),3,5,7 6,5BE
Freitag 28.11.2025	 Schinken-Ei- Nudelgratin dazu Käsesauce 1(W),3,7 b/c/j/8,5BE	 Schweinerückensteak mit Pfefferrahmsauce, dazu grüne Bohnen und Rosmarin- kartoffeln 1(W),3,7 a/z/3,5BE	 Gedünstetes Seehechtfilet * mit Weißer Sauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln 1(W),3,4,7 5BE	 Rote-Linsen-Kokos- Suppe * mit Zwiebeln, Tomaten, Kokosmilch, Chili und Kurkuma, dazu ein Kaiserbrötchen 1(W) 10BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Samstag 29.11.2025	 Klassische Graupensuppe * mit Perlgraupen, Zwiebeln, Möhren, Petersilie, Kartoffelwürfel und Rindfleisch 7,9 5BE	 Curry-Senf-Putenragout * mit Honig, Knoblauch, Zwiebeln und Sahne, dazu Kartoffeln 1(W),3,7,10 3,5BE	 Frikadelle mit brauner Sauce, dazu Kohlrabi und Kartoffeln 1(W),3 a/4,5BE	  Kichererbsen-Patty * mit Cornflakespanade, dazu Tomaten-Paprikagemüse und Reis 7,5BE
Sonntag 30.11.2025 1. Advent	 „Snirtje Braa“ in Bratenfond mit Apfel-Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W) a/z/3,5BE	 Wildragout mit Pilzen in Rahmsauce mit Möhren, Zwiebeln, Knoblauch, Thymian und Sahne, dazu Spätzle 1(W),3,7 a/5,5BE	 Zartes Hähnchenbrustfilet * in Schnittlauchsauce mit Broccoli und Kartoffelpüree 1(W),3,7 2,5BE	  Quinoa mit Gemüsechili * mit Tomaten, Kidneybohnen, Mais, Zwiebeln, Chili, Knoblauch, dazu Quinoa 1(W) 6BE
				

- Jedes Gericht enthält ein Dessert (Auflistung und Deklaration siehe Beiblatt) -

Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:

 = fleischlos

* = ohne Schweinefleisch

a = mit Farbstoff

b = mit Konservierungsstoff

c = mit Antioxidationsmittel

d = mit Geschmacksverstärker

e = geschwefelt

f = geschwärzt

g = gewachst

h = mit Süßungsmittel(n)

i = bei Aspartam zusätz. Hinweis:

„enthält eine Phenylalaninquelle“

j = mit Phosphat

k = coffeinhaltig

l = chininhaltig

z = mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n)

1 = glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus *

2 = Krebstiere und Erzeugnisse daraus

3 = Eier und Erzeugnisse daraus

4 = Fische und Erzeugnisse daraus

5 = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus

6 = Sojabohnen und Erzeugnisse daraus

7 = Milch und Erzeugnisse daraus

8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus **

9 = Sellerie und Erzeugnisse daraus

10 = Senf und Erzeugnisse daraus

11 = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus

12 = Schwefeldioxid und Sulfite

13 = Lupinen und Erzeugnisse daraus

14 = Weichtiere und Erzeugnisse daraus

Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung,...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann.

Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers.


MENÜ-SERVICE
EMKEN



0 44 62 - 91 59 77 0



www.menue-service-emken.de

* = (W)eizen, (R)oggen, (H)afer, (K)amut, (D)inkel, (G)erste, (Hy)bridstämme
** = (M)andeln, (H)aselnüsse, (W)alnüsse, (K)aschunüsse, (P)ekannüsse, (Pa)ranüsse, (Pi)stazien, (Ma)cademia- oder Queenlandnüsse



Essen auf Rädern für die Region!

