



0 44 62 - 91 59 77 0  
[www.menue-service-emken.de](http://www.menue-service-emken.de)

*Essen auf Rädern für die Region!*

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

## Speiseplan März



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

### Menügröße

(Bitte ankreuzen)

**Klein** (14,40€)

**Normal** (14,90€)

Guten Appetit  
Wünscht Ihnen ihr





	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 01.03.2026	„Snirtje Braa“ in Bratenfond mit Apfel-Rotkohl und Salzkartoffeln	Wildragout mit Pilzen in Rahmsauce mit Möhren, Zwiebeln, Knoblauch, Thymian und Sahne, dazu Spätzle	Gebratenes Hähnchenbrustfilet * dazu Geflügelsauce, Broccoli und Kartoffeln	„Winterteller“ * Rosenkohl, Pariser Karotten und geröstete Drillinge, dazu Currysauce
Montag 02.03.2026	Pikantes Wurstgulasch in Tomaten-Paprikasauce, dazu Makkaroni	Rinderhacksteak * mit Bratensauce, Rotkohl und Kartoffeln	Hähnchenschenkel * mit Sauce, dazu Kaisergemüse und Kartoffelpüree	3 Kartoffeltaschen „Tomate-Mozzarella“ * mit mediterranem Gemüse in Joghurt-Tomatensauce
Dienstag 03.03.2026	3 American Pancakes * mit amerikanischer Blaubeersauce (warm)	„Cordon bleu“ mit Rahmsauce, dazu BIO-Blumenkohl und Kartoffeln	Vegetarische Bratwurst * mit Sauce, dazu Kohlrabi und Kartoffelpüree	Rigatoni „Pesto“ * mit grünem Pesto, Weißkäsewürfel und Kirschtomaten
Mittwoch 04.03.2026	Geschnetzeltes „Gyros Art“ mit Zwiebeln, dazu Tomatenreis und Tzatziki	Gebratenes Putenbrustfilet * dazu braune Sauce, Rahmwirsing und Salzkartoffeln	„Ammerländer Hühnersuppen-eintopf“ * mit Gemüse und Muschelnudeln	Gemüsepfanne „Toskana“ * mit Paprika, Zucchini, Zwiebeln in Tomaten-Basilikumsauce, dazu Kartoffelrösti
Donnerstag 05.03.2026	„Schlemmer-Putenschnitzel“ * dazu holländische Sauce, Leipziger Allerlei und Kartoffeln	„Schlachtplatte“ Blutwurst und Leberwurst mit Apfel-zwiebelsauce, dazu Kartoffel-Rösti-zwiebelpüree	Hackbraten in Sauce mit Kaisergemüse und Kartoffeln	Gemüse-Reis-Bällchen „Asia“ * dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen und gebratenen Nudeln
Freitag 06.03.2026	Serbische Bohnensuppe Mettwurstscheiben, Speckwürfel, Knobl., Zwiebeln, Kartoffelwürfel und Paprika	Schweinegulasch in Sauce, dazu junge Erbsen und Kartoffeln	Gedünstetes Schellfischfilet * mit Petersilensauce, dazu Kartoffelpüree und ein Blattsalat	Pastinaken-Möhren-Kartoffelauflauf * mit Frühlingszwiebeln, Thymian und Crème fraîche
Samstag 07.03.2026	„Südbrookmerlander Grünkohlstampf“ mit Schinken- und Kartoffelwürfel, Mettwurstscheiben	Schweineleber „Berliner Art“ auf gedünstetem Apfel-Zwiebelgemüse, dazu Kartoffelpüree	Currygeschnetzeltes mit Hähnchen und Früchten * mit Ananas und Pfrisch, dazu Basmatireis	„Pilaw Oriental“ * mit gekochtem Weizen, Zucchini, Paprika, gr. Bohnen, Zwiebeln und Tomaten, dazu Minz-Joghurtdip

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 08.03.2026	Ostfriesisches Pökelfleisch vom Schwein mit Rosinensauce, dazu Brechbohnen und Salzkartoffeln  <b>1(W)</b> a/b/c/3,5BE	Scheibe vom Lammbraten * in dunkler Kräutersauce, dazu Rata-touillegemüse und Rosmarinkartoffeln  <b>1(W)</b> a/4BE	Kalbsragout * in Sauce, dazu Gemüse-Pilz-Pfanne und Salzkartoffeln  <b>1(W),3,7</b> a/3BE	Tofuklöße „Königsberger Art“ * dazu Kapernsauce, Dampfkartoffeln und Rote Bete  <b>1(W),3,7,9</b> 5BE
Montag 09.03.2026	Putenschnitzel „Balkan Art“ * in pikanter Sauce mit Paprikastreifen, dazu Langkornreis  <b>1(W)</b> z/8BE	Bratwurst in Rahmsauce, dazu Spitzkohl und Kartoffeln  <b>1(W),3,7,9</b> a/3,5BE	Gek. Rindfleisch „Polnische Art“ * mit Dillsauce, dazu Fingermöhren und Kartoffeln  <b>1(W),3,7</b> 3,5BE	Asiatische Bratnudel-Gemüsepfanne * mit Paprika, Weißkohl, Möhren, Mu-Err Pilze, Mungobohnenkeimlinge und Sojasauce  <b>1(W),6</b> 6BE
Dienstag 10.03.2026	BIO-Spaghetti „Bolognese“ * mit Rinderhackfleischsauce  <b>1(W)</b> 8,5BE	Panierte Bauchscheibe mit Bratensauce, dazu Rahmwirsing und Kartoffeln  <b>1(W),3,7</b> a/4,5BE	3 Klopse „Jäger Art“ in Champignonsauce, dazu junge Erbsen und Salzkartoffeln  <b>1(W),12</b> a/b/c/e/3,5BE	Milchreis * mit Zimt und Zucker  <b>7</b> 6,5BE
Mittwoch 11.03.2026	Kartoffel-Hack-Lauchauflauf * mit Rinderhackfleisch, Knoblauch, Zwiebel und gratiniertem Käse  <b>3,7</b> 3BE	Couscous-Gemüsemix (vegan) * u.a. mit Kichererbsen, Rosinen, Koriander, Zuckerschoten, Fenchel, dazu Labneh  <b>7</b> 4,5BE	Schweinefiletstreifen „Gärtnerin Art“ in heller Sauce mit Gemüseeinlage, dazu Salzkartoffeln  <b>1(W),3,7</b> 3BE	Gemüsefrikadelle „Kürbis-Steckrübe“ * mit Rahmerbsen und Kartoffeln  <b>1(W),3,7</b> 3,5BE
Donnerstag 12.03.2026	„Chili con Carne“ * mit Rinderhackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen, dazu Reis  <b>7BE</b>	Kasslerbraten mit Bratensauce, dazu Ananas-Sauerkraut und Kartoffeln  <b>1(W)</b> a/b/c/z/4BE	Frischer Möhreneintopf mit Fleischeinlage  <b>7</b> 2BE	BIO-Nudelgratin „Mediterran“ * mit Käse besträut, dazu Tomatensahnesauce  <b>1(W),3,7</b> 7BE
Freitag 13.03.2026	Spitzkohleintopf mit Hackfleisch und Kartoffelwürfel  <b>7</b> 2,5BE	Paniertes Flunderfilet * dazu Rahmspinat mit Zwiebeln und Knoblauch und Salzkartoffeln  <b>1(W),3,4,7</b> 3BE	Geflügel-Schonkost-Frikadelle * mit Bratensauce, Kohlrabi und Kartoffeln  <b>1(W),3,7,10</b> a/4BE	Kartoffel-Broccoli-Curry mit Kokosmilch * mit Zwiebeln und roten Linsen  <b>1(W),3,7</b> 3,5BE
Samstag 14.03.2026	Zwiebelsuppe (leicht gebunden) mit Maultaschen (gefüllt mit Schweinefleisch und Spinat), Rosmarin und Petersilie  <b>1(W),3,7</b> 3BE	Schweinekamm mit Bratensauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln  <b>1(W)</b> a/z/4BE	Geflügelfleischkäse * in Sauce mit Blumenkohl und Kartoffeln  <b>1(W)</b> a/b/c/j/3,5BE	„Retropfanne“ * Pastinaken, Knollensellerie, Möhren, Zwiebeln, Topinambur und Vollkornreis, dazu Currysauce  <b>1(W),3,7</b> 7,5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 15.03.2026	<b>Kohlroulade</b> in Zwiebel-Specksauce, dazu Salzkartoffeln   1(W),3,7,10 a/b/c/3,5BE	<b>Burgunder-schinkenbraten (vom Schwein)</b> in dunkler Sauce mit Schwarzwurzeln und Salzkartoffeln   1(W),3,7 a/4BE	<b>Putenbraten *</b> in Geflügelsauce, dazu BIO-Broccoli und Salzkartoffeln   1(W) a/3BE	<b>Quinoa mit Gemüsechili *</b> mit Tomaten, Kidneybohnen, Mais, Zwiebeln, Chili, Knoblauch, dazu Quinoa   1(W) 6BE
Montag 16.03.2026	<b>„Pikante Bauernpfanne“ *</b> mit Rinderhackfleisch, Möhrenwürfel, Porree, saure Sahne, Champignons, dazu Kartoffeln   1(W),3,7 3BE	<b>“Heidis Filettöpfchen” *</b> Putengeschnetzeltes, Zwiebeln und Champignons in Rahm, dazu Knödel   1(W),3,7 1,5BE	<b>Kohlrabieintopf</b> mit Fleischeinlage   7 2,5BE	<b>Spaghetti Napoli *</b> mit Tomaten-Basilikumsauce   1(W) 9BE
Dienstag 17.03.2026	<b>Paniertes Putenschnitzel *</b> mit Rahmsauce, dazu gebutterte Möhren und Kartoffeln   1(W),3,7 a/5BE	<b>Buntes Schweingeschnetzeltes</b> mit Mais, Zucchini, Möhren und grüne Bohnen in heller Sauce, dazu Kartoffeln   1(W),3,7 3,5BE	<b>Geflügelbratwurst *</b> mit Sauce, dazu junge Erbsen und Kartoffelpüree   1(W),7,9 a/3BE	<b>„Kings Chop-Suey“ *</b> mit Sojasprossen, Paprika, Porree, Möhren, Pilze und Sojasauce, dazu Reis   1(W),6 b/6BE
Mittwoch 18.03.2026	<b>“Omas Erbsensuppe”</b> mit Speckwürfel, Zwiebeln und einer Bockwurst   9 b/c/j/3BE	<b>Rosenkohltopf mit Mini-Geflügelbällchen *</b> Schmand, Petersilie, Zwieb., Muskat, Kämmel, dazu Kartoffeln   1(W),3,7 4BE	<b>Putengulasch *</b> in Sauce, dazu Fingermöhren und Kartoffeln   1(W) a/3,5BE	<b>Veg. Ravioli *</b> dazu cremige Gemüsesauce mit Zucchini, Zwiebel, Sauerrahm, Kräuter und Crème fraiche   1(W),3,7 7,5BE
Donnerstag 19.03.2026	<b>Geschnittene Currywurst</b> in Gewürzketchupsauce, dazu Kartoffelpüree und ein Gurkensalat   1(W),7 b/c/j/z/3,5BE	<b>Hähnchentopf *</b> mit Karotte, Kohlrabi, Knoblauch, Muskat und Ingwer, dazu Bulgur   1(W),3,7 5BE	<b>Rindergeschnetzeltes*</b> dazu BIO-Blumenkohl und Kartoffeln   1(W),3,7 a/3BE	<b>Hirtenpfanne *</b> mit Reisnudeln, Feta, Tomaten, Zwiebeln, Bohnen, Zucchini und Peperoni   1(W),7 7,5BE
Freitag 20.03.2026	<b>Vegetarische Knusper-Frikadelle *</b> mit brauner Sauce, Zwiebelgemüse und Kartoffelpüree   1(W),3,7 a/4,5BE	<b>Schmorkohl mit Hack</b> mit Wirsing, Zwiebel, Knoblauch, Tomatenmark und Crème fraiche, dazu Kartoffeln   1(W),3,7 3BE	<b>Gebratenes Pangasiusfilet *</b> mit Senfsauce, dazu Broccoli und Reis   1(W),3,4,7,10 6BE	<b>Tomaten-Minestrone*</b> Möhre, Sellerie, Zwiebel, Knoblauch, grüne und weiße Bohnen, Zucchini, Muschelnudeln   1(W),3,9 2,5BE
Samstag 21.03.2026	<b>Gemüseintopf mit Kassler</b> mit Kohlrabi, Zwiebel, Knoblauch, Porree, Möhre, Erbsen, Kürbis und Kartoffelwürfel   1(W),3,7 a/2,5BE	<b>2 große Leberklöße</b> mit Sauce, dazu Sauerkraut und Salzkartoffeln   1(W),3 a/z/5,5BE	<b>Geflügelfrikadelle *</b> mit Sauce, dazu Prinzessbohnen und Kartoffelpüree   1(W),3,7,10 a/3,5BE	<b>rote-Bete-Bratling *</b> mit heller Rahmsauce, Lauchgemüse und Kartoffeln   1(W),3,7,9 5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 22.03.2026	Spießbraten mit Bratensauce, Rotkohl und Salzkartoffeln	Orientalisches Lammgulasch * Aprikose, Knobl., Chili, Minze, Kichererbsen, Möhren, Kreuzkümmel, Zwiebel, dazu Reis	Schweinebraten mit Sauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln	Feines Zucchini-Spargelragout * in heller Rahmsauce, dazu Salzkartoffeln
	1(W) a/z/4BE	1(W) a/6BE	1(W) a/3,5BE	1(W),3,7 3,5BE
Montag 23.03.2026	Gebratene Hähnchenkeule * mit Geflügelrahmsauce, dazu mediterraner Gemüsemix und Kartoffeln	„Räuberplatte“ kleine Bratwurst und Schweinebraten mit Zigeunersauce, dazu Kartoffeln	Deftiger Gemüseeintopf * Petersilie, Pastinaken, Tomatenmark, Karotten, Kohlrabi, weiße Bohnen, Muschelnudeln	Hörnlinudeln „Tomate-Mozzarella“ * mit Kirschtomaten und Basilikum
	1(W),3,7 a/3,5BE	7,9 z/4BE	1(W),3,9 3BE	1(W),3 7,5BE
Dienstag 24.03.2026	Veggie-Schnitzel „Emmenthal“ * vegetarisches Cordon bleu, dazu Rahmerbsen und Kartoffeln	Wokgemüse mit Hühnchen * mit Paprika, gestiftele Möhren und Broccoli in Sojasauce, dazu Nurreis	Hackbraten in Sauce mit Euromix und Kartoffeln	Orientalischer Kichererbseneintopf * (veg.) m. Kartoffelwürfel, Knoblauch, Tomatenmark, Limettensaft und Naturjoghurt
	1(W),3,7 b/c/4BE	1(W),6 b/6,5BE	1(W),10 a/3,5BE	7 3,5BE
Mittwoch 25.03.2026	Fischfrikadelle „Käpt'ns Art“ * dazu Paprikasauce, Kartoffelpüree und Tomatensalat	„Berner Pfanne“ Schweinegeschnetzeltes in Käse-Paprikasauce, dazu Kartoffelrösti	Gebr. Hähnchenbrust „natur“ * mit Geflügelsauce, dazu Risi-Pisi (Reis mit Erbsen)	Gemüsemedaillon * mit Rahmkohlrabi und Kartoffeln
	1(W),3,4,7 a/3BE	1(W),3,7 4BE	1(W) a/5BE	1(W),3,7,9 5BE
Donnerstag 26.03.2026	„Kaiserschmarrn“ * mit warmen Pflaumenkompott	Bauernfrikadelle mit pikanter Senfsauce (m. Zwiebeln, Sahne, Petersilie), dazu grüne Bohnen und Kartoffeln	Eieromelette * mit Spinat und Kartoffelstampf	Gnocchi-Pfanne „Curry Garden“ * Broccoli, Zwieb., Knobl. Kokosmilch, Karotten, Paprika, Sojabohnenkerne, dazu Currysauce
	1(W),3,7 c/8,5BE	1(W),3,10 a/4,5BE	1(W),3,7 25BE	1(W),3,6,7 7,5BE
Freitag 27.03.2026	Westfälische Linsensuppe mit Tellerlinsen, Kartoffelwürfel und Mettendenscheiben	Gebratenes Alaska-Seelachsfilet * mit Zitronen-Buttersauce, dazu Broccoli und Kartoffeln	Ganze Hähnchenbrust auf Pilz-Reispfanne * (Wildreis), dazu Sauce	Veg. Moussaka * Kartoffel-Soja-Gemüse-Auflauf, dazu pikante Tomaten-Paprikasauce
	9 b/c/3BE	1(W),3,4,7 4,5BE	1(W),3,7 6BE	1(W),3,6 4,5BE
Samstag 28.03.2026	Große Bratwurst mit brauner Sauce, dazu Blumenkohl in Béchamel und Salzkartoffeln	Geflügel-Gemüse-Frikadelle * aus Putenfleisch, Karotten und Spinat, mit Frischkäsesauce, Gemüse-Pastapfanne	Kartoffelsuppe mit einer Bockwurst	Schupfnudel-Pfanne* mit Sauerkraut und Zwiebeln, dazu Petersiliencréme
	1(W),3,7 a/3,5BE	1(W),3 7BE	7,9 b/c/j/3BE	1(W),3,7 8BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 29.03.2026	Geschmorte dicke Rippe in Kümmelsauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln  1(W) a/z/4BE	Bayrisches Wildgulasch * in Wacholderbeersauce, dazu Rosenkohl und Semmelknödel  1(W),3 a/5BE	Sauerbraten vom Rind * in Sauce mit Schwarzwurzeln, dazu Salzkartoffeln  1(W),3,7 a/4BE	Vegetarisch gefüllte Zucchinihälfte * mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Vollkornreis  7 a/b/8BE
Montag 30.03.2026	„Upstövt Kohlrabi mit Ballkes“ Kohlrabi in Mehlschwitze mit Mini-Hackbällchen, dazu Kartoffeln  1(W),3,7 4BE	Eisbeinfleisch mit Zwiebelsauce, dazu Sauerkraut und Kartoffeln  1(W) a/b/c/z/3,5BE	Hähnchenschenkel * mit Sauce, dazu Möhrenscheiben und Reis  1(W) a/6,5BE	Knoblauch Pasta * Hörnlinudeln mit Frühlingszwiebeln, Schmelzkäse, Petersilie und Parmesan, dazu Tomatensalat  1(W),3,7 6,5BE
Dienstag 31.03.2026	Veg. Tortelloni in Käse-Sahne-Sauce * (Ricotta-Spinat-Füllung) Romanesco, Cherrytomaten, gelben Karotten, Rucola  1(W),3,7 7,5BE	„Osterfehntjer Putengulasch“ * in Senf-Sahnesauce mit Zwiebeln, Erbsen, Champ. und Petersilie, dazu Kartoffeln  1(W),3,7,10,12 a/d/3,5BE	Bayrischer Fleischkäse dazu Sauce, Kohlrabi und Kartoffeln  1(W) a/b/c/j/3,5BE	Veg. Geschnetzeltes „Gyros Art“ * (Soja) mit Zwiebeln, dazu Tomatenreis und Tzatziki  1(W),3,6,7,9,10 7BE

- 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 zusätzl. 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.menu-service-emken.de](http://www.menu-service-emken.de)

\* = (W)eizen, (R)oggen, (H)afser, (K)amut, (D)inkel, (G)erste, (H)ybridstämme  
\*\* = (M)andeln, (H)aselnüsse, (W)alnüsse, (K)aschnüsse, (P)ekannüsse, (P)aranüsse, (P)istazien, (Ma)cademia- oder Queenslandnüsse

