




# So macht gesunde Ernährung Spaß!

Der **Malteser Menüservice** verwöhnt Sie zu Hause mit leckeren und hochwertigen Menüs!  
Mit bewusster Ernährung voller Abwechslung und Genuss.  
Mit einem **freundlichen Lächeln** jeden Tag bei Ihnen zu Hause serviert.

- I Höchster Qualitätsanspruch durch **beste Zutaten**
- I **Traditionell-handwerkliche** Kochkunst
- I **Köstliche Vielfalt** für alle
- I Auch an **Sonn- und Feiertagen**

Das **Reinheitsgebot\*\*** unterstreicht unseren hohen Qualitätsanspruch:

- I **keine Geschmacksverstärker**
- I **keine Konservierungsstoffe\***
- I **keine künstlichen Farbstoffe**

 \* mit Ausnahme von Nitritpökelsalz  
\*\*Das Reinheitsgebot garantieren wir bei allen Menüs in dieser Speisekarte, nicht bei sonstigen Produkten!



Gut, dass es den Malteser Hausnotruf gibt, denn damit ist immer die richtige Hilfe zur Hand. Der Malteser Hausnotruf sorgt dafür, dass in einem Notfall schnell und zuverlässig geholfen wird. So können Sie sicher und selbstständig in Ihrer gewohnten Umgebung leben. Eine Sorge weniger.

[www.malteser-hausnotruf.de](http://www.malteser-hausnotruf.de)



☎ **0800/30 20 10 3**

[www.malteser-menueservice.de](http://www.malteser-menueservice.de)

## Ihre Wahlmöglichkeiten innerhalb der Malteser Speisekarte:


**Gut bürgerlich:** Leckere Vollkost-Menüs für diejenigen, die im Wesentlichen alles essen dürfen.

**Menü mit BE-Angabe:** Zur Kontrolle der Broteinheiten ist der BE-Wert pro Menü angegeben.

**Leichtes Vollkost-Menü:** Nach den heutigen ernährungsphysiologischen Erkenntnissen und klinischen Erfahrungen wird Leichte Vollkost anstelle organbezogener Schonkost empfohlen, z. B. für leber-, magen- und galleempfindliche Personen.

**Klein, aber fein:** Piccolino Vollkost-Menüs, wenn es etwas weniger sein darf.

**Schlemmer-Menü:** Köstliche Vollkost-Menüs für den größeren Appetit.

**Vegetarische Kost:** Diese Menüs enthalten keinerlei Fleischprodukte und sind gekennzeichnet mit .

## Die Allergenkennzeichnungen – nach der Lebensmittelinformations-Verordnung

- |                                   |                                   |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| (A) enthält Gluten                | (H) enthält Schalenfrüchte        |
| A1 enthält Weizen                 | H1 enthält Mandeln                |
| A2 enthält Roggen                 | H2 enthält Haselnüsse             |
| A3 enthält Gerste                 | H3 enthält Walnüsse               |
| A4 enthält Hafer                  | H4 enthält Kaschunüsse            |
| A5 enthält Dinkel                 | H5 enthält Pecannüsse             |
| A6 enthält Kamut                  | H6 enthält Paranüsse              |
| B enthält Krebstiere              | H7 enthält Pistazien              |
| C enthält (Hühner-) Ei            | H8 enthält Macadamianüsse         |
| D enthält Fisch                   | L enthält Sellerie                |
| E enthält Erdnuss                 | M enthält Senf                    |
| F enthält Sojabohnen              | N enthält Sesam                   |
| G enthält Milch und Milchprodukte | O enthält Sulfit / Schwefeldioxid |
|                                   | P enthält Lupine                  |
|                                   | R enthält Weichtiere              |

Wenn Sie Fragen zu Allergenen und Zutaten in unseren Produkten haben, wenden Sie sich bitte an unsere Ansprechpartner. Hier erhalten Sie von uns detaillierte, auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Informationen.

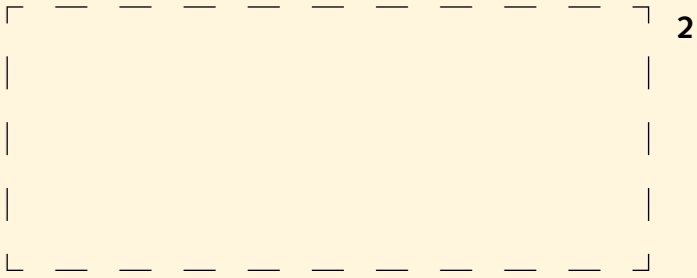
Menü	1 Gut bürgerlich	2 Menü mit BE-Angabe	3 Leichtes Vollkost-Menü	4 Klein, aber fein	5 Schlemmer-Menü
<b>Mo.</b> 19.10.2020	<b>Zwiebelfleisch</b> geschnetzeltes Rindfleisch mit geschmorten Zwiebeln in Soße, grüne Bohnen, Spätzle A1, C, L 	<b>Jägerschnitzel »natur«</b> vom Schwein, in Champignonrahm- soße, mit Zucchini Gemüse und Kartoffelpüree BE: 2,3 G, L 	<b>Feines Schollenfilet</b> auf Rahm-Blattspinat, dazu Stampfkartoffeln BE: 2,4 D, G, L  wieder da!	<b>Hacksteak auf Wirsing</b> Salzkartoffeln A1, C, L  wieder da!	<b>Herzhafter Nudelteller</b> Käsespätzle »Allgäuer Art«, Gemüse- maultaschen und Bandnudeln mit Pilzrahmsoße, verfeinert mit Weiß- wein A1, C, G, L 
<b>Di.</b> 20.10.2020	<b>Thüringer Rostbrätl</b> Schweinenackensteak in Soße, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln A1, G, L, M, N 	<b>Bunter Gemüseeintopf</b> mit Mini-Hackfleischklößchen BE: 1,8 A1, C, L 	<b>Puten-Hacksteak</b> Karotten, Blumenkohl und Broccoli, Kartoffelpüree BE: 3,1 A1, G, L 	<b>Tortelloni alla panna</b> köstliche Teigtaschen mit Ricotta- Spinatfüllung, in feiner Kräuter- Sahnesoße, garniert mit Pinienkernen A1, C, G 	<b>Cevapcici</b> Hackfleischröllchen mit Zwiebeln und Knoblauch gewürzt, bunte Balkansoße, Reis Dubrovnik A1, G, L  7
<b>Mi.</b> 21.10.2020	<b>Apfelstrudel</b> mit Vanillesoße A1, G 	<b>2 Fränkische Bratwürstchen</b> hausgemacht, in Soße, mit Kohlrabi und Kartoffeln BE: 3,3 A1, G, L  7	<b>Gemüseeintopf mit Rindfleisch</b> Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln BE: 1,4 L 	<b>Alaska-Seelachsfiletschnitte</b> paniert und goldbraun gebraten, Re- mouladensoße, Petersilienkartoffeln A1, C, D, G, L, M 	<b>Hähnchenbrustfilet »Spinat &amp; Tomate«</b> in Blattspinat-Käsesoße mit Tomaten verfeinert, Penne-Nudeln A1, G 
<b>Do.</b> 22.10.2020	<b>Wildlachs à la Florentin</b> Wildlachsfiletstücke in feiner Rahm- spinat-Soße, dazu Bandnudeln A1, C, D, G 	<b>Gemüseragout</b> mit Petersilienkartoffeln BE: 3,9 A1, G, L 	<b>Hähnchenbrustfilet in Apfelrahmsoße</b> mit Steckrüben-Kohlrabigemüse und Kräuterreis BE: 4,4 A1, G, L 	<b>Ofenschlupfer</b> süßer Brötchen-Apfelaufauf, mit Sahne verfeinert, Sauerkirchen H1, A3, A1, C, G 	<b>Hackfleischklößchen »Zigeuner Art«</b> in pikanter Zucchini-Paprikasoße, Käse-Macaroni A1, C, G, L 
<b>Fr.</b> 23.10.2020	<b>Maccaroni mit Tomatensoße</b> geschnittene Krakauer A1, C, G, L, M  7	<b>Lachsfiletschnitte</b> in Bärlauch-Rahmsoße, Langkorn- Wildreisemischung mit Gemüse BE: 4,2 A1, D, G, L 	<b>Omelettrolle mit Spinatfüllung</b> Rahmgemüse, Salzkartoffeln BE: 4,3 C, F, G, L 	<b>Hähnchen-Medaillons</b> in Gemüsesoße, Langkorn-Reis G, M  7	<b>2 Rinderrouladen</b> »Hausfrauen Art«, mit Speck- und Zwiebelfüllung, Apfelrotkohl, Salz- kartoffeln mit Röstzwiebeln A1, G, L, M 
<b>Sa.</b> 24.10.2020	<b>2 Spiegeleier</b> auf Spinat, Salzkartoffeln C, G 	<b>Putenkeulenbraten</b> in Rahmbratensoße, mit Mangold- gemüse und Kartoffelknödeln BE: 3,2 A1, C, G, L 	<b>Rindergulasch</b> Schwarzwürzeln, Kartoffeln BE: 3,1 G 	<b>Schwäbisches Linsengericht</b> mit 1 Paar hausgemachten Wiener Würstchen, Bauernspätzle mit Bröseln A1, C, L  7	<b>Kabeljaufilet</b> paniert, dazu Kartoffel-Gemüsegratin A1, C, D, G, M 
<b>So.</b> 25.10.2020	<b>Hähnchenbrustfilet paniert</b> auf Wirsinggemüse, Salzkartoffeln A1, L  wieder da! 8	<b>Zartes Kalbsgeschnetzeltes</b> Pastinakengemüse, Hörnchennudeln BE: 4,3 A1, C, G, L 	<b>Fränkisches Grünkernküchle</b> Getreidebratling im Gemüsebett, Kohlrabigemüse, Petersilienkartoffeln BE: 4,3 A5, A1, C, G, L 	<b>Jägerbraten</b> Rinderbraten mit Champignons, buntes Gemüse, Kartoffelklöße A1, C, G, L 	<b>Schnitzel »Altbayerische Art«</b> vom Schwein, mit Meerrettich-Senf- Panade, Röstzwiebeln, Käse, Semmel- knödel in Pilz-Sahnesoße mit Weiß- wein verfeinert A1, C, G, L, M 

- Piktogramme:**
- = enthält Rindfleisch
  - = enthält Schweinefleisch
  - = enthält Geflügel
  - = enthält Fisch
  - = Vegetarische Menüs
  - = enthält Alkohol
  - = würzige Knoblauchnote
  - = enthält Gluten
  - = enthält Laktose




































- Kennzeichnungen:**
- = Leichte Vollkost
- Zusatzstoffe:**
- ① = mit Farbstoff
  - ② = mit Antioxidationsmittel
  - ③ = mit Nitritpökelsalz
  - ④ = geschwefelt
  - ⑤ = mit Phosphat
  - ⑥ = mit Süßungsmittel(n)
  - ⑦ = mit Süßungsmittel
  - ⑧ = mit Süßungsmittel
  - ⑨ = mit Süßungsmittel
  - ⑩ = mit Süßungsmittel

**Die Preise für die Menüs in den Spalten 1–5 finden Sie in der aktuell gültigen Preisliste. Sonderkostformen gerne auf Anfrage.**  
Änderungen der Speisekarte vorbehalten. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Abbildungen: Serviervorschläge. Nährwertangaben Menüs Spalten 1–5 auf Menü-Etikett enthalten, Nährwertlisten gerne auf Anfrage.

**Vergessen Sie bitte nicht, Ihren Namen und Ihre Anschrift einzutragen!**



## 19. bis 25. Oktober 2020

	1	2	3	4	5
<b>Mo.</b> 19.10.2020	7126 	4226 	4792 	6545 	8001 
<b>Di.</b> 20.10.2020	7217 	4807 	4530 	6291 	8033 
<b>Mi.</b> 21.10.2020	7913 	4409 	4810 	6232 	8531 
<b>Do.</b> 22.10.2020	7714 	4636 	4536 	6591 	8097 
<b>Fr.</b> 23.10.2020	7613 	4710 	4634 	6742 	8111 
<b>Sa.</b> 24.10.2020	1314 	4531 	4118 	6086 	8709 
<b>So.</b> 25.10.2020	7511 	4310 	4637 	6520 	8293 

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Straße, Nr. \_\_\_\_\_

PLZ, Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_