



EINFACH LECKER

	DESSERT	KALTMENÜ
	1,00 €	10,30 €
MO 06.01.	Erdbeerjoghurt <input type="checkbox"/> G	Putensteak <input type="checkbox"/> mit Kartoffelsalat, Mayonnaise und Garnitur C G I J
DI 07.01.	Mandarinenquark <input type="checkbox"/> G	Nudelsalat <input type="checkbox"/> mit Mayonnaise, Kochschinkenstreifen und Garnitur Aa C G I S
MI 08.01.	Birnenkompott <input type="checkbox"/>	Hähnchendöner <input type="checkbox"/> mit Zaziki, Krautsalat und Fladenbrot Aa G I J L (6)
DO 09.01.	Schokopudding <input type="checkbox"/> G	Birnen-Milchreis <input type="checkbox"/> mit Zucker & Zimt und Mandelgarnitur G Ha
FR 10.01.	Aprikose-Mango Joghurt <input type="checkbox"/> G	Harzer Bauernsalat <input type="checkbox"/> mit Mayonnaise, Kartoffeln, Gurke, Ei und Fleischwurst C G I J S

Ihr einfacher Weg zu leckeren Menüs

Kreuzen Sie einfach Ihre Wunschmenüs an und füllen Sie die unten stehenden Felder aus. Unsere freundlichen Mitarbeiter nehmen Ihre Bestellung gern persönlich entgegen. Selbstverständlich können Sie auch telefonisch oder per E-Mail bestellen. Wir wünschen Ihnen „Guten Appetit“!

Vorname: _____

Nachname: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

Telefon: _____

MARKTBEDINGTE ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN



EINFACH DELIKAT

	SALATTELLER
	10,30 €
MO 06.01.	Mexikanischer Salat <input type="checkbox"/> Blattsalat, Paprika, Mais, Kidneybohnen, dazu Italiendressing I J
DI 07.01.	Byzantinischer Salat <input type="checkbox"/> Eisbergsalat, Tomate, Käse, Schinken, Orangen, Ananas, dazu Joghurt-Kräuterdressing C G I S
MI 08.01.	Chinesischer Salat <input type="checkbox"/> Gemischter Salat mit Sojakeimen, Chicken-Nuggets, dazu Asiadressing Aa F
DO 09.01.	„Chopskasalat“ <input type="checkbox"/> Paprika, Tomate, Gurke, Hirtenkäse, dazu Balsamico-Dressing G I
FR 10.01.	Fitnesssteller <input type="checkbox"/> Sellerie, Möhren, grüner Salat, Weißkraut, Kartoffelsalat, Ei, dazu Frenchdressing Aa C G J

Zeichenerklärung:

★ = sehr beliebt

🌿 = vegetarisch

🐟 = Fischgericht

- * = enthält Zusatzstoffe
- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Nitritpökelsalz
- 4 = mit Süßungsmittel
- 5 = kann Gräten enthalten
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = mit Phosphat
- 8 = gewachst
- 9 = geschwärzt
- 10 = geschwefelt
- 11 = koffeinhaltig
- 12 = enth. eine Phenylalaninquelle
- 13 = enthält Alkohol

Allergene

- A = glutenh. Getreide
- Aa = Weizen
- Ab = Roggen
- Ac = Gerste
- Ad = Hafer
- B = Krebstiere
- C = Eier
- D = Fisch
- E = Erdnüsse
- F = Sojabohnen
- G = Milch (Laktose)
- H = Schalenfrüchte
- Ha = Mandeln
- Hb = Haselnüsse
- Hc = Walnüsse
- Hd = Cashewnüsse
- He = Pekannüsse
- Hf = Paranüsse
- Hg = Pistazien
- Hh = Macadamianüsse
- I = Sellerie
- J = Senf
- K = Sesamsamen
- L = Schwefeldioxid & Sulphite
- M = Lupinen
- N = Weichtiere
- S = Schweinefleisch

KJ = Kilojoule

Kcal. = Kilokalorien

g. Fetts. = gesättigte Fettsäuren

KH = Kohlenhydrate

Z = Zucker

E = Eiweiß

S = Salz

Angaben in Gramm (g)

Kohlenhydrat-Berechnung (KH) und Nährwertangaben beziehen sich auf das Menü ohne Dessert.

Verwaltung:

Saarbrückener Straße 255

Hauptsitz:

Saarbrückener Straße 50

38116 Braunschweig

Tel.: 0531 - 480 79 37

E-Mail: ear@paritaetischer-bs.de

www.paritaetischer-bs.de



Träger: Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit Braunschweig mbH



BESTELL-HOTLINE
Tel.: 0531 - 480 79 37

MENÜKARTE

KW 02 | 06.01. - 12.01.2025

Lecker und frisch für Sie auf den Tisch!





IHRE MENÜAUSWAHL – KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE – KULINARISCHER GENUSS

	MENSA 1 10,60 €	MENSA 2 10,60 €	MENSA 3 10,60 €	GOURMET 12,95 €	LEICHTE KOST 10,60 €	EINTOPF 9,95 €	VEGETARISCH 10,90 €	KLASSIKER 11,30 €
MO 06.01.	Frikadelle <input type="checkbox"/> vom Schwein mit Zwiebelsauce, Kaisergemüse und Kartoffelpüree, Dessert A Aa C G (1,6)	Penne Rigatte <input type="checkbox"/> mit Sojabolognese, dazu Gurkensalat mit Schmand, Dessert A Aa F G	Eierpfannkuchen <input type="checkbox"/> mit Apfelmus, dazu Gurkensalat mit Schmand, Dessert A Aa C G	Kasseler Braten ★ <input type="checkbox"/> In Bratensaft, Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert G I	Kräuterröhrei <input type="checkbox"/> mit Rahmspinat und Kartoffeln C G	Kartoffelsuppe <input type="checkbox"/> mit Würstchenscheiben, dazu ein Fruchtjoghurt Aa Ab I S (1)	Buntes Gemüse <input type="checkbox"/> In einer Kräutersauce mit Reis, dazu ein Fruchtjoghurt Aa G (1)	Grütwurst <input type="checkbox"/> mit Sauerkraut und Kartoffeln, dazu ein Fruchtjoghurt Aa Ac S
DI 07.01.	Karotten- Kokossuppe <input type="checkbox"/> mit Brötchen, dazu Rote-Bete-Salat, Dessert A Aa Ab F G (4)	Rindergulasch <input type="checkbox"/> mit Waldpilzen, Rosenkohl, Butterspätzle, Dessert A Aa C G	Krautfleckerl <input type="checkbox"/> gebratene Nudeln mit Gemüstreifen, dazu Rote-Bete-Salat, Dessert A Aa G (4)	Seelachsfilet „mediterran“ <input type="checkbox"/> In einer mediterranen Tomatensauce, Grill-Gemüse, Kartoffelwürfel, Dessert D / 48,0	Nudeln <input type="checkbox"/> mit Sauce Bolognese, dazu Obst Aa I S (1)	Graupeneintopf <input type="checkbox"/> mit buntem Gemüse und Hühnerfleisch Aa Ab G I (1)	Spirellis <input type="checkbox"/> mit Tomaten-Kräutersauce, dazu Obst Aa G (1)	Kasselerbraten <input type="checkbox"/> auf Grünkohl und Kartoffeln Aa G S (1,3,6)
MI 08.01.	Chili sin Carne <input type="checkbox"/> mit Reis, dazu Wachsbrechbohnenalat, Dessert A Aa F G	Hähnchennuggets <input type="checkbox"/> in Knusperpanade, dazu Curry-Mangodip, Mexkogemüse, Kartoffelspalten, Dessert A Aa C G I J (2,6)	Raviolini Ratatouille <input type="checkbox"/> mit mediterraner Gemüsesauce, dazu Wachsbrechbohnenalat, Dessert A Aa G	Kasseler Braten ★ <input type="checkbox"/> In Bratensaft, Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert G I	Puten- geschnetzeltes „Züricher Art“ <input type="checkbox"/> mit Spätzle, dazu Apfelmus Aa J (1)	Weißkohleintopf <input type="checkbox"/> mit Fleischelinge, dazu Apfelmus Aa Ab I S (1)	Milchreis <input type="checkbox"/> mit Zimt und Zucker, dazu Apfelmus Aa C G (6)	Schweineroulade <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Möhrengemüse und Kartoffeln Aa G S (1)
DO 09.01.	Bratwurst ★ <input type="checkbox"/> „Nürnberger Art“ mit Jus, Sauerkraut und Kartoffelpüree, Dessert G I J L (1,2,6,7)	Karotten- Zucchini-puffer <input type="checkbox"/> mit Kräuterschmand, dazu Feldsalat, Dessert C G (6)	Buntes Gemüsecurry <input type="checkbox"/> mit Basmatireis, dazu Karottensalat, Dessert A Aa F G H Hd (8)	Seelachsfilet „mediterran“ <input type="checkbox"/> In einer mediterranen Tomatensauce, Grill-Gemüse, Kartoffelwürfel, Dessert D / 48,0	Alaska- Seelachsfilet <input type="checkbox"/> mit einer Zitronenrahmsauce, Kartoffeln, dazu Möhrensalat Aa D G (1)	Tortellinieintopf <input type="checkbox"/> mit Choritzo Aa S (3,7)	Gemüse- Köttbullar <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce, Kartoffelpüree, dazu Möhrensalat Aa F G I	Bauerngemüserolle <input type="checkbox"/> mit einer Rahmsauce, Fingermöhren und Kartoffeln Aa G (1)
FR 10.01.	Erbseintopf <input type="checkbox"/> mit Kasselereilage, dazu 1 Brötchen, Beilagensalat, Dessert A Aa C G I J L (1,2,6)	Seelachsfilet Müllerin <input type="checkbox"/> mit Dill-Sahne-Sauce, Brokkoli, Kartoffeln, Dessert A Aa D G J (1)	Pilzragout <input type="checkbox"/> In Sahnesauce mit Semmelknödeln, dazu Beilagensalat, Dessert A Aa C G I J L (1,6)	Kasseler Braten ★ <input type="checkbox"/> In Bratensaft, Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert G I	Königsberger Klopse <input type="checkbox"/> In Kapernsauce mit Kartoffeln, dazu Weißkrautsalat Aa G S (1)	Grüne Bohneneintopf <input type="checkbox"/> mit Kartoffelwürfel und Rindfleischelinge Aa Ab G I	Blumenkohl- Brokkolipfanne <input type="checkbox"/> In einer Béchamelsauce mit Kartoffeln, dazu Weißkrautsalat Aa C G	Gefüllte Paprikaschote <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce und Reis, dazu Weißkrautsalat Aa C G (1)
SA 11.01.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, EINTOPF und DESSERT	----	----	2 Rinderfrikadellen <input type="checkbox"/> In dunkler Bratensauce, Apfelrotkohl, Kartoffelpüree, Dessert A C G I	Pusztapfanne <input type="checkbox"/> Geflügelfleischbällchen in Tomatensauce mit Paprika und Mais, dazu Kartoffeln Aa B (1)	Reissuppe <input type="checkbox"/> mit Gemüse und Geflügelkößchen, dazu eine Scheibe Brot Aa I	Nachtisch Buttermilch Rhabarber-Vanille <input type="checkbox"/> G 1,00 €	
SO 12.01.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und KLASSIKER	----	----	Schweine- medaillons ★ <input type="checkbox"/> In feiner Rahmsauce mit Apfelrotkohl und Spätzle, Dessert A Aa C G S	Wokgemüse <input type="checkbox"/> mit Hähnchenfleisch, dazu Reis Aa G I (6)		Nachtisch Quarkdessert Kirsche <input type="checkbox"/> G 1,00 €	Frikadelle <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Blumenkohlgemüse und Kartoffeln Aa C G S (1)

**AUSLIEFERUNGS-
ZUSCHLAG
AN WOCHENENDEN
UND FEIERTAGEN
1,00 € PRO MENÜ**

Kleiner gemischter Salat: 3,00 €
MO DI MI DO FR

(Nur in Verbindung mit einer Menübestellung)



Stück Kuchen: 3,10 €

MO DI MI DO FR SA SO

(Nur in Verbindung mit einer Menübestellung)



Wir garantieren Ihnen:

- ☑ zuverlässige Anlieferung an 364 Tagen im Jahr: Heißauslieferung auch an Wochenenden und Feiertagen!
- ☑ keine Vertragsbindung – keine Vorkasse – monatliche Abrechnung – flexible Bezahlmöglichkeiten

