



# EINFACH LECKER

	DESSERT 1,00 €	KALTMENÜ 10,30 €
MO 03.02.	Erdbeerjoghurt <input type="checkbox"/> G	Putensteak <input type="checkbox"/> mit Kartoffelsalat, Mayonnaise und Garnitur C G I J
DI 04.02.	Mandarinenquark <input type="checkbox"/> G	Nudelsalat <input type="checkbox"/> mit Mayonnaise, Kochschinkenstreifen und Garnitur Aa C G I S
MI 05.02.	Birnenkompott <input type="checkbox"/>	Hähnchendöner <input type="checkbox"/> mit Zaziki, Krautsalat und Fladenbrot Aa G I J L (6)
DO 06.02.	Schokopudding <input type="checkbox"/> G	Birnen-Milchreis <input type="checkbox"/> mit Zucker & Zimt und Mandelgarnitur G Ha
FR 07.02.	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 03.02.	Mexikanischer Salat <input type="checkbox"/> Blattsalat, Paprika, Mais, Kidneybohnen, dazu Italiendressing I J
DI 04.02.	Byzantinischer Salat <input type="checkbox"/> Elsbergsalat, Tomate, Käse, Schinken, Orangen, Ananas, dazu Joghurt-Kräuterdressing C G I S
MI 05.02.	Chinesischer Salat <input type="checkbox"/> Gemischter Salat mit Sojakeimen, Chicken-Nuggets, dazu Asiadressing Aa F
DO 06.02.	„Chopskasalat“ <input type="checkbox"/> Paprika, Tomate, Gurke, Hirtenkäse, dazu Balsamico-Dressing G I
FR 07.02.	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 06 | 03.02. - 09.02.2025**

Lecker und frisch  
für Sie auf den Tisch!





# IHRE MENÜAUSWAHL - KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE - KULINARISCHER GENUSS

	MENSA 1	MENSA 2	MENSA 3	GOURMET	LEICHTE KOST	EINTOPF	VEGETARISCH	KLASSIKER
	10,60 €	10,60 €	10,60 €	12,95 €	10,60 €	9,95 €	10,90 €	11,30 €
MO 03.02.	<b>Hähnchenbrustfilet</b> <input type="checkbox"/> In Knusperpanade mit Curry-Mangosauce, Brokkoli, Basmatireis, Dessert A Aa G (6)	<b>Grünkohl-Knoblauchpasta</b> <input type="checkbox"/> mit gerösteten Walnüssen, dazu Bellagensalat, Dessert A C G H Hc I J L (1,6)	<b>Kartoffeleintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Sojahack, dazu ein Brötchen, Bellagensalat, Dessert A Aa Ab Ac Ad C F G I J L (1,6)	<b>Grünkohl</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	<b>Hackpfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Paprika, Champignons und Erbsen, dazu Salzkartoffeln Aa I S	<b>Kürbissuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Möhren und Kartoffelwürfel Aa G I	<b>Mediterranes Gemüse</b> <input type="checkbox"/> in rahmiger Tomatencreme, dazu Bandnudeln Aa G	<b>Rinder-geschnetzeltes</b> <input type="checkbox"/> mit Champignons und Reis Aa G (1,6)
DI 04.02.	<b>Schweineschnitzel</b> <input type="checkbox"/> mit Champignonsauce, Sommergemüse & Kartoffeln, Dessert A Aa Ac C F G I (6)	<b>Erdnuss-Gemüsepfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Basmatireis, dazu Balkansalat, Dessert A Ad E G (2,9)	<b>Eierpfannkuchen</b> <input type="checkbox"/> mit Apfelmus, dazu Balkansalat, Dessert A Aa C G (2,9)	<b>Lachsfilet</b> <input type="checkbox"/> (gedünstet) in Gurken-Rahmsauce, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert A Aa G I	<b>Hähnchenpfanne</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen mit Erbsen in heller Kräutersauce, dazu Spätzle Aa C G (1)	<b>Kartoffel-cremesuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Würstchenscheiben, dazu ein Joghurt Aa G I S	<b>Kartoffeln</b> <input type="checkbox"/> mit Kräuterquark, dazu ein Joghurt Aa G	<b>Schweine-krustenbraten</b> <input type="checkbox"/> mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln Aa S (1,7)
MI 05.02.	<b>Puten-Geschnetzeltes</b> <input type="checkbox"/> in Paprikarahm, Romanescogemüse, Reis, Dessert G	<b>Gebackener Camembert</b> <input type="checkbox"/> mit Preiselbeeren, Baguette, Salatbellage, Dessert A Aa Ab C G I J L (1,6)	<b>Rote Bete Farfalle</b> <input type="checkbox"/> mit Rucola und Walnüssen, dazu Bellagensalat, Dessert A Aa Ad C G H Hc I J L (1,6)	<b>Grünkohl</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	<b>Königsberger Klopse</b> <input type="checkbox"/> in Kapernsauce mit Reis, dazu Apfelmus Aa G S (1)	<b>Pürierte Erbsensuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Speckwürfel, dazu Apfelmus I S (3)	<b>Milchnudeln</b> <input type="checkbox"/> mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus Aa G (6)	<b>Warmer Harzer Specksalat</b> <input type="checkbox"/> mit Schweineschnitzel Aa C S (3)
DO 06.02.	<b>Ungarische Gulaschsuppe</b> <input type="checkbox"/> (Rind) mit Brötchen, Bellagensalat, Marmorkuchen A Aa Ab Ac C G F I J L (1,2,6)	<b>Pazifisches Limandafilet</b> <input type="checkbox"/> mit Remouladensauce und Kartoffelsalat, dazu Bellagensalat, Marmorkuchen A Aa C D G I J L (1,2,4,6)	<b>Sesam-Karotten-Schnitzel</b> <input type="checkbox"/> mit Frischkäsedip, Kartoffeln, dazu Bellagensalat, Marmorkuchen A Aa C G I J L K (1,6)	<b>Lachsfilet</b> <input type="checkbox"/> (gedünstet) in Gurken-Rahmsauce, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert A Aa G I	<b>Fischfilet</b> <input type="checkbox"/> mit Senf-Dillsauce, Kartoffelpüree, dazu Schokopudding Aa D G (1)	<b>Wikingertopf</b> <input type="checkbox"/> mit Reisludeln Aa I S	<b>Gemüse-bolognese</b> <input type="checkbox"/> mit Nudeln, dazu ein Schokopudding Aa F G	<b>„Szege-diner Gulasch“</b> <input type="checkbox"/> mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Aa G S (1)
FR 07.02.	<b>Schweineroulade „Hausfrauen Art“</b> <input type="checkbox"/> mit Specksauce, Apfelrotkohl und Kroketten, Dessert A Aa G J (1,4,6)	<b>Gemüselasagne</b> <input type="checkbox"/> „mediterran“ mit Tomatensauce, dazu Tomatensalat, Dessert A Aa C G (2,9)	<b>Kartoffel-Gemüsecurry „Indische Art“</b> <input type="checkbox"/> dazu Tomatensalat, Dessert G (2)	<b>Grünkohl</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	<b>Putenschnitzel</b> <input type="checkbox"/> (natur) mit Erbsen-Möhrengemüse und Kartoffelpüree Aa G H	<b>Wirsingkohleintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Kartoffelwürfel, Gemüseeinlage und Schweinefleisch Aa I S	<b>Tortellini</b> <input type="checkbox"/> mit Spinat-Frischkäsefüllung, dazu Käsesauce Aa G	<b>Römerbraten</b> <input type="checkbox"/> mit Rahmsauce, dazu Mischgemüse und Kartoffeln Aa G I S
SA 08.02.	<b>Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, EINTOPF und DESSERT</b> <input type="checkbox"/>	---->	---->	<b>Rostbratwürstchen „Fränkische Art“</b> ★ <input type="checkbox"/> (Schwein) auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree, Dessert G S	<b>Putengulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Rotkraut und Kartoffelpüree Aa G H	<b>Rosenkohleintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Hackbällchen Aa G I S	<b>Nachtisch Buttermilch Rhabarber-Vanille</b> <input type="checkbox"/> G 1,00 €	
SO 09.02.	<b>Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und KLASSIKER</b> <input type="checkbox"/>	---->	---->	<b>Schweineschnitzel „Cordon bleu“</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Mischgemüse naturell und Kartoffelwürfeln in Käsesauce, Dessert A Aa G S	<b>Grünkohlpfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Speck und Pfefferbeißer, dazu Semmelknödel Aa C I S		<b>Nachtisch Quarkdessert Kirsche</b> <input type="checkbox"/> G 1,00 €	<b>Rinderleber</b> <input type="checkbox"/> mit gedünsteten Zwiebeln und Kartoffelpüree Aa G H

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

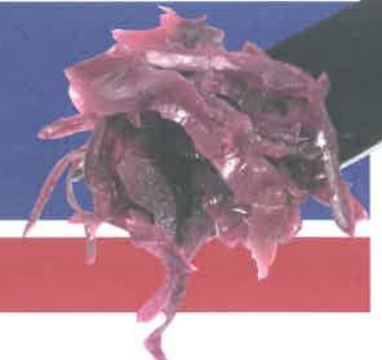
**Kleiner gemischter Salat: 3,00 €**  
MO DI MI DO FR  
(Nur in Verbindung mit einer Menübestellung)



**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



Haftungsausschluss: Die Angaben über Inhaltsstoffe der Speisen beruhen auf Informationen, die wir von Herstellern und Lieferanten erhalten. Aufgrund der Produktvielfalt der Hersteller und der gleichzeitigen Verarbeitung verschiedener Lebensmittel ist es möglich, dass es zu Kreuzkontaminationen kommt und Produkte Spuren von nicht aufgeführten Inhaltsstoffen enthalten. Die Angaben zu Allergenen beziehen sich auf rezepturgemäß verwendete Zutaten. Eine Haftung für die vollständige Aufzählung der aufgeführten Inhaltsstoffe wird ausgeschlossen.