



EINFACH LECKER

MENÜ 4 (FLEISCHLOS)

KALTMENÜ

10,10 € (grün)

9,30 €

MO 15.07.	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sauce Hollandaise, Petersilienkartoffeln, Dessert Aa Ac C G I / KH 66,9 (6)	<input type="checkbox"/>	Hausmacher Sülze In Essig/Öl-Dressing, mit Zwiebeln und Kartoffelsalat C J / KH 33,0 (2,4)	<input type="checkbox"/>
DI 16.07.	Grießbrei mit Zucker/Zimt, dazu Kirschkompott Aa G / KH 114,2	<input type="checkbox"/>	Hähnchenkeule mit buntem Nudelsalat Aa C G J / KH 48,1 (2)	<input type="checkbox"/>
MI 17.07.	Provenzalische Kartoffeln mit Kräuterquark, mit Eisbergsalat/Dressing Aa C G J / KH 58,5 (6)	<input type="checkbox"/>	Fruchtpokal Sylt Sahnequark mit Beerencocktail und Vanillesauce G / KH 111,1	<input type="checkbox"/>
DO 18.07.	Vollkornspaghetti mit Gemüsebolognese, dazu gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C F G I J / KH 97,7	<input type="checkbox"/>	Schweineschnitzel (paniert) mit Nudelsalat, Salatgarnitur, dazu Senf Aa C G J / KH 65,3 (2)	<input type="checkbox"/>
FR 19.07.	Maultaschen mit Gemüsefüllung in Tomaten-Basilikumsauce, überbacken mit Gouda Aa C G I / KH 72,6 (1,2)	<input type="checkbox"/>	Brathering mit Zwiebelringen, dazu Kartoffelsalat C D J / KH 37,3 (2,4,5)	<input type="checkbox"/>

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

9,30 €

MO 15.07.	„Fitness-Salat“ Hähnchenbruststreifen und Kürbiskerne auf frischen Salaten der Saison, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G I J / KH 37,6	<input type="checkbox"/>
DI 16.07.	„Fitness-Salat“ Hähnchenbruststreifen und Kürbiskerne auf frischen Salaten der Saison, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G I J / KH 37,6	<input type="checkbox"/>
MI 17.07.	„Fitness-Salat“ Hähnchenbruststreifen und Kürbiskerne auf frischen Salaten der Saison, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G I J / KH 37,6	<input type="checkbox"/>
DO 18.07.	„Fitness-Salat“ Hähnchenbruststreifen und Kürbiskerne auf frischen Salaten der Saison, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G I J / KH 37,6	<input type="checkbox"/>
FR 19.07.	„Fitness-Salat“ Hähnchenbruststreifen und Kürbiskerne auf frischen Salaten der Saison, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G I J / KH 37,6	<input type="checkbox"/>

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



ESSEN AUF RÄDERN

FRISCH GEKOCHT ZU HAUSE GENIEßEN!



BESTELL-HOTLINE
Tel.: 0531 - 480 79 37

MENÜKARTE

KW 29 | 15.07. - 21.07.2024

Lecker und frisch
für Sie auf den Tisch!



DER PARITÄTISCHE
BRAUNSCHWEIG



DER PARITÄTISCHE
BRAUNSCHWEIG

Träger: Gemeinnützige Gesellschaft für
Paritätische Sozialarbeit Braunschweig mbH

IHRE MENÜAUSWAHL - KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE - KULINARISCHER GENUSS



	MENSA 1 10,20 €	MENSA 2 10,20 €	MENSA 3 10,20 €	GOURMET 12,45 €	EXTRA MENÜ 11,75 € (gelb)	MENÜ 1 9,30 € (silber)	MENÜ 2 10,10 € (rot)	MENÜ 3 10,10 € (schwarz)
MO 15.07.	Gemüse-Rindfleischgulasch mit Bohnengemüse und Kartoffeln, Dessert G	Ravioli „Ratatouille“ mit Rucolapesto, dazu bunter Bohnensalat, Dessert A Aa G H Ha	Bohnen-Gemüse-Ragout mit Sojasprossen, Erdnüssen und Vollkornreis, Dessert E F G (2)	2 saftige Kohlrouladen (Schwein) in Bratensauce, Stampfkartoffeln mit Petersilie verfeinert, Dessert A F I	Kaninchenkeule mit Wacholderrahmsauce, Rosenkohl, Salzkartoffeln, Dessert Aa F G I / KH 40,5 (3,6)	Erseneintopf mit Schinkenbockwürstchen, Speck-Zwiebelsauce, dazu 1 Brötchen Aa F I J / KH 88,6 (2,3,6)	Wirsingroulade mit Hackfleischfüllung, Speck-Zwiebelsauce, Salzkartoffeln, Dessert Aa C F G I J / KH 48,9 (3,6)	Ungarisches Schaschlikgulasch mit Speckwürfeln, Zwiebeln, Paprika, dazu Makkaroni, Dessert Aa F I / KH 89,4 (3)
DI 16.07.	Dänische Kartoffelpfanne mit Gemüse, Pilze in Sahnesauce, dazu Feldsalat, Dessert G (1)	Makkaroni in Cremesauce mit Hefeflocken und Röstzwiebeln, Dessert A Aa Ad G (1)	Mexikanischer Eintopf dazu 1 Brötchen, Dessert A Aa Ab G (2)	Ente asiatisch in pikanter süß-saurer Sauce mit Thal-Reis, Dessert F / KH 85,0	Seelachs in Eihülle mit Weißweinsauce, Salzkartoffeln, dazu Feldsalat/Dressing, Dessert Aa C D G I J / KH 65,0 (5,6,10)	Spaghetti Bolognese mit Rinderhack-/Tomatensauce, dazu geriebener Hartkäse Aa F G I / KH 84,2 (2)	Königsberger Klopse in Kapertunke, Kartoffeln, dazu Rote Bete Aa C G I J / KH 60,4 (4,6)	Kartoffeleintopf mit feinem Gemüse, dazu 1 Brötchen Aa F G I J / KH 45,4 (6)
MI 17.07.	Schweinegulasch „Szegediner Art“ mit Kartoffeln, Dessert A Aa G (2)	Eierpfannkuchen mit Blaubeerfüllung, Vanillesauce, Tomatensalat, Dessert A Aa C G (2)	Penne Rigate mit Linsenbolognese, Dessert A Aa G I	2 saftige Kohlrouladen (Schwein) in Bratensauce, Stampfkartoffeln mit Petersilie verfeinert, Dessert A F I	Bauernbratwurst auf Sauerkraut, Kartoffelpüree, dazu Senf, Dessert G I J / KH 45,3 (2,3,7)	Berner Pfanne Schweinegeschnetzeltes mit Käse, Crème fraîche, Paprika, Zwiebeln, Spätzle Aa F G I / KH 65,4 (1,2)	Hähnchenbrustfilet mit Gefügelsauce, Rotkohlgemüse, Kartoffelpüree, Dessert Aa C G I J / KH 50,8 (4)	Seelachs natur mit Senfsauce, Petersilienkartoffeln, dazu Bohnensalat Aa D G I J / KH 52,3 (5,6)
DO 18.07.	Süßkartoffel-curry mit Basmatireis, Dessert A Ad F G H Hd J (2,11)	Kibbelinge - Fisch Nuggets mit Kartoffeln, dazu Remoulade, Dessert A Aa C D G J (1,4,6,11)	Spaghetti Salsa alla bolognese, dazu Gurkensalat, Dessert A Aa G I (2,11)	Ente asiatisch in pikanter süß-saurer Sauce mit Thal-Reis, Dessert F / KH 85,0	Cordon Bleu (Schwein) mit Bratkartoffeln, dazu gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 82,4 (6)	Grüne Sauce mit gekochten Eiern, dazu Salzkartoffeln (getrennt verpackt) Aa C G J / KH 43,7 (6)	Ratsherrentopf Schweinesteak mit Sauce Bernaise, Fingermöhren, Kartoffeln Aa F G I / KH 40,7 (6)	Hähnchen-geschnetzeltes „Jäger Art“ mit buntem Gemüserais, Dessert Aa G I L / KH 69,0
FR 19.07.	Krautfleckerl dazu Tomatensalat mit Schmand, Dessert A Aa G	Pikantes Wurstgulasch mit Paprika und Basmatireis, Dessert A Aa Ac F G I J (2,6,7)	Kein Angebot	2 saftige Kohlrouladen (Schwein) in Bratensauce, Stampfkartoffeln mit Petersilie verfeinert, Dessert A F I	Hähncheninnenfilets mit Pfefferrahmsauce, Spätzle, dazu Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 70,5	Hackbraten mit Sauce, Lauchgemüse, Kartoffelpüree Aa G I / KH 46,7	Schollenfilet (paniert) mit Remouladensauce, Salzkartoffeln, dazu Wachsbrechbohnsalat Aa C D G J / KH 82,1 (2,4,5,6)	Rindergulasch mit buntem Paprika, Blumenkohl, Salzkartoffeln, Dessert Aa F G I / KH 79,5
SA 20.07.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3	→	→	→	Schweinefilet mit Sauce Hollandaise, Fingermöhren, Salzkartoffeln, Dessert Aa C F G I / KH 39,5 (6)	Kartoffel-Spinat-Auflauf in feiner Käsesauce mit Gouda überbacken, Dessert Aa G I L / KH 38,5 11,10 €	Linseneintopf mit Wiener Würstchen, Speck & Zwiebeln, Dessert Aa F G I J / KH 84,5 (2,3,6)	Frikadelle mit Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 62,3 (6)
SO 21.07.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3	→	→	→	Gefülltes Kraut deftiger Weißkohl mit Hackfleisch geschichtet, Holländische Sauce, Kartoffeln, Dessert Aa C F G I / KH 60,5 (6)	Schupfnudel-Gemüsepfanne in Butter gebraten, dazu Sahnesauce, Dessert Aa C F G I / KH 73,5 11,10 €	Hähnchenbrustfilet mit Sauce, Kohlrabigemüse, Kartoffeln, Dessert Aa G I / KH 53,2 (6))	Schweineschnitzel mit Schmandsauce, Kohlrabigemüse, Kartoffeln, Dessert Aa G I / KH 70,0 (6)

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

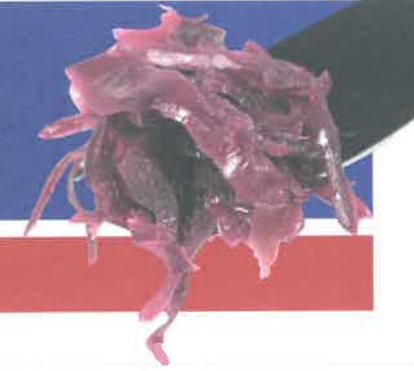
Kleiner gemischter Salat: 3,00 €
MO DI MI DO FR
(Nur in Verbindung mit einer Menübestellung)



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.