



EINFACH LECKER

MENÜ 4 (FLEISCHLOS)

10,10 € (grün)

KALTMENÜ

9,30 €

MO 22.07.	Gemüsebratling mit Rahmsauce, Petersilienkartoffeln, Dessert Aa G I / KH 84,3	<input type="checkbox"/>	Schweinekotelett <input type="checkbox"/> (paniert) mit Garnitur, Senf, Farmersalat Aa C G J / KH 26,9 (2,4)
DI 23.07.	Kleine Hefeklöße (natur) mit warmer Vanillesauce Aa C F G / KH 82,6	<input type="checkbox"/>	Wiener Würstchen <input type="checkbox"/> mit Kartoffelsalat, Senf, dazu 1 Brötchen Aa C J / KH 61,7 (2,4,6)
MI 24.07.	Gnocchipfanne mit feinen Gemüwestreifen (Karotten, Lauch, Sellerie) in Käsesahnesauce, Dessert Aa C G I / KH 95,5 (1,2)	<input type="checkbox"/>	Schweineschnitzel <input type="checkbox"/> (paniert) mit Kartoffelsalat, Salatgarnitur, Senf Aa C J / KH 48,5 (2,4)
DO 25.07.	Gemüse-Köttbullar mit fruchtiger Paprikasauce, Vollkornreis, Dessert Aa C I / KH 81,9	<input type="checkbox"/>	Heringsfilet in pikanter Tunke aus Äpfeln, Gurken, Zwiebeln, dazu 1 Brötchen und Butter Aa C D G J / KH 48,3 (5)
FR 26.07.	Rührei mit Rahmspinat, Bratkartoffeln, Dessert Aa C F G I / KH 69,2	<input type="checkbox"/>	Quarkpokal <input type="checkbox"/> „Birne Helene“ Schokoquark mit Birnen, überzogen mit Vanillesauce G / KH 102,2

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 22.07.	Salat „Caesar“ <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1	<input type="checkbox"/>
DI 23.07.	Salat „Caesar“ <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1	<input type="checkbox"/>
MI 24.07.	Salat „Caesar“ <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1	<input type="checkbox"/>
DO 25.07.	Salat „Caesar“ <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1	<input type="checkbox"/>
FR 26.07.	Salat „Caesar“ <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1	<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



Träger: Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit Braunschweig mbH



**BESTELL-
HOTLINE**
Tel.: 0531 -
480 79 37



MENÜKARTE

KW 30 | 22.07. - 28.07.2024

Lecker und frisch
für Sie auf den Tisch!



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 22.07.	Currywurst <input type="checkbox"/> mit pikanter Sauce und Kartoffeln, Dessert G I J (2,4,6)	Farfalle <input type="checkbox"/> mit Brokkoli in Pilz-Trüffelsauce, Rotkrautsalat, Dessert A Aa C G	Bunte Gerstoni-Gemüsepfanne <input type="checkbox"/> dazu Rotkrautsalat, Dessert A Ac G I	Geflügelleber ★ <input type="checkbox"/> (gebraten) in Apfel-Zwiebel-Sauce, Rotkohl, Kartoffeln, Dessert A F I / KH 53,0	Spanferkelrücken <input type="checkbox"/> (gegrillt) in deftiger Sauce, Rosenkohl, Salzkartoffeln, Dessert Aa I J / KH 63,9	Brechbohnen-eintopf <input type="checkbox"/> mit Wiener Würstchen und Kartoffelstücken, dazu 1 Brötchen Aa F G I J / KH 39,3 (2,6)	Gehacktes Klößchen <input type="checkbox"/> auf Schwarzwurzelgemüse, Salzkartoffeln Aa C G I J / KH 59,4 (6)	Szegediner Gulasch <input type="checkbox"/> mit Paprika und Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert Aa F G I / KH 45,3 (3)
DI 23.07.	Hähnchen „Cordon Bleu“ <input type="checkbox"/> mit Rahmsauce, Kaisergemüse, Kartoffeln, Dessert A Aa G (1,2,6,7)	Kräuterrührei <input type="checkbox"/> mit Blattspinat und Tomaten, dazu Kartoffeln, Dessert C G (1)	Weißkohl-Curry <input type="checkbox"/> mit gerösteten Walnüssen, dazu Tomatensalat, Dessert G H Hc J (2)	Schlemmerfilet <input type="checkbox"/> (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Auflage, Gemüsemix, Rahmkartoffeln, Dessert Aa D G I / 37,0	Rotbarschfilet <input type="checkbox"/> (paniert) mit Sauce Hollandaise, Salzkartoffeln, dazu Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C D G I J / KH 41,0 (5,6)	Hähnchenbruststreifen <input type="checkbox"/> mit Gemüsesahnesauce, dazu Farfalle-Nudeln, Dessert Aa F G I / KH 83,5	Kohlroulade <input type="checkbox"/> mit Speck-Zwiebel-Sauce, dazu Salzkartoffeln Aa C G I J / KH 53,9 (3,6)	Fischfrikadellen <input type="checkbox"/> mit warmen Kartoffelsalat, dazu Remouladensauce Aa C D G J L / KH 69,7 (2,4,5,6)
MI 24.07.	Gebratene Hähnchenkeule <input type="checkbox"/> mit Rosmarinsauce, Ratatouille und Kartoffeln, Dessert G I L (6)	Ofenkartoffel <input type="checkbox"/> mit Basilikumquark, dazu Tomatensalat, Dessert G L (6)	Falafel <input type="checkbox"/> mit Bulgur, dazu gelber Linsen-Dip, Gurkensalat, Dessert A Aa Ad G I (1)	Geflügelleber ★ <input type="checkbox"/> (gebraten) in Apfel-Zwiebel-Sauce, Rotkohl, Kartoffeln, Dessert A F I / KH 53,0	Münchener Weißwürstchen <input type="checkbox"/> auf Sauerkraut, Kartoffelpüree, dazu süßer Senf, Dessert Aa C F G I J L / KH 50,0 (2,3)	Hühnersuppentopf <input type="checkbox"/> mit Gemüse- und Nudleinlage, dazu 1 Brötchen Aa I / KH 48,5	Spiralnudeln <input type="checkbox"/> mit Rinderhacksauce und Tomatenwürfeln, dazu Eisbergsalat/Dressing Aa C F G I J / KH 93,8	Putenfilet (gedünstet) mit Rahmsauce, Gemüse Mischung, Kartoffeln Aa G I / KH 58,8 (6)
DO 25.07.	Seelachs „Tomate-Basilikum“ <input type="checkbox"/> mit Kräutersauce, Brokkoli und Wildreis, Dessert A Aa D G (1)	Pikante Sesamnudeln <input type="checkbox"/> mit asiatischem Pfannengemüse, dazu Balkansalat, Dessert A Aa E F G K (2,9)	Penne Rigate <input type="checkbox"/> mit mediterraner Gemüsesauce, dazu Balkansalat, Dessert G (2,9)	Schlemmerfilet <input type="checkbox"/> (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Auflage, Gemüsemix, Rahmkartoffeln, Dessert Aa D G I / 37,0	Schnitzel <input type="checkbox"/> „Holsteiner Art“ mit Speck, Zwiebeln u. Käse überbacken, Salzkartoffeln, dazu gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C G J / KH 72,1 (1,2,3,6)	Geflügelfrikadelle <input type="checkbox"/> in Champignonrahmsauce, Erbsengemüse, Kartoffelpüree Aa C G I / KH 70,4	Geschnetzeltes ★ <input type="checkbox"/> „Art Stroganoff“ vom Schwein mit Gewürzgerken, Champignons, Senfrahmsauce, Spätzle Aa F G I J / KH 62,7	Schweineschnitzel <input type="checkbox"/> (paniert) mit Sauce, dazu Möhrengemüse, Salzkartoffeln Aa G I / KH 70,9 (6)
FR 26.07.	Gemüselasagne <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce, Dessert A Aa C F G	Schweine-Gyros <input type="checkbox"/> mit Reis, dazu Weißkrautsalat, Zaziki, Dessert G	Indisches Linsen-Dal <input type="checkbox"/> mit Basmatireis, Dessert G K	Geflügelleber ★ <input type="checkbox"/> (gebraten) in Apfel-Zwiebel-Sauce, Rotkohl, Kartoffeln, Dessert A F I / KH 53,0	Schweinekrustenbraten <input type="checkbox"/> (gepökelt) in Schwarzbiersauce, Sauerkraut, Thüringer Klöße, Dessert Aa I J / KH 61,9 (3,10)	Bauernhacksteak <input type="checkbox"/> mit Schinken, Käse & Röstzwiebeln, Speckbohnen, Kartoffelpüree Aa C G I / KH 60,9 (6)	Nudel-Gemüsepfanne <input type="checkbox"/> mit Sauce Napoli, gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C F G I J / KH 98,3	Seelachsfilet <input type="checkbox"/> (gedünstet) mit Kräuter-Senf-Sauce, Salzkartoffeln, dazu gemischter Salat/Dressing Aa C D G I J / KH 55,8 (5,6)
SA 27.07.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3 <input type="checkbox"/>	→	→	→	Rinderbraten ★ <input type="checkbox"/> mit Sauce, Erbsengemüse, Spätzle, Dessert Aa C F I / KH 86,6	Gemüse-Spätzle-Pfanne <input type="checkbox"/> mit Schnittlauchsauce, dazu Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 66,5 11,10 €	Rahmgeschnetzeltes <input type="checkbox"/> vom Schwein mit Sahnesauce, Nudeln, dazu Bohnensalat, Dessert Aa F G I / KH 81,9	Bunter Gemüseeintopf <input type="checkbox"/> mit frischen Gartenkräutern, Dessert Aa F G I J / KH 59,0
SO 28.07.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3 <input type="checkbox"/>	→	→	→	Entenkeule <input type="checkbox"/> mit deftiger Sauce, Rotkohlgemüse, Thüringer Klöße, Dessert Aa F I / KH 68,8 (2,4)	Makkaroniaufguss <input type="checkbox"/> in feiner Tomaten-Schmandcreme, überbacken mit Gouda, Dessert Aa C G I J / KH 105,3 (1,2) 11,10 €	Kasseler Braten ★ <input type="checkbox"/> mit Sauce, Mischgemüse, Kartoffelpüree, Dessert Aa G I / KH 40,6 (3)	Putensteak <input type="checkbox"/> mit Rahmsauce, Mischgemüse, Kartoffelpüree, Dessert Aa G I / KH 46,2

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

