



EINFACH LECKER

MENÜ 4 (FLEISCHLOS)

10,10 € (grün)

KALTMENÜ

9,30 €

MO 05.08.	Blumenkohlaufauf Blumenkohl mit Käse überbacken, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 68,4 (1,2,6)	<input type="checkbox"/>	Gyros-Braten (gegrillt) auf Krautsalat, dazu 1 Brötchen und Butter Aa G J / KH 54,8 (2,4)	<input type="checkbox"/>
DI 06.08.	Eieromelette auf Rahmchampignons, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 42,4 (6)	<input type="checkbox"/>	Fruchtpokal „Jogger Becher“ Sahnequark mit Früchten, Schokoraseln, Bircher Müsli Aa G Hb Hc / KH 80,4	<input type="checkbox"/>
MI 07.08.	„Ricotta-Spinaci“ Tortellini mit Spinat-Frischkäsefüllung, Tomatencreme, dazu Krautsalat Aa C F G I J / KH 95,6	<input type="checkbox"/>	Bunter Eiersalat mit gekochtem Schinken, dazu 1 Brötchen und Butter Aa C G J / KH 43,9	<input type="checkbox"/>
DO 08.08.	Paprikatopf Paprikastreifen in rahmiger Tomatencreme, Vollkornnudeln, Dessert Aa F G I / KH 88,8	<input type="checkbox"/>	Schweineschnitzel (paniert) mit Nudelsalat, Salatgarnitur, Senf Aa C G J / KH 76,1 (2)	<input type="checkbox"/>
FR 09.08.	Apfelstrudel mit warmer Vanillesauce Aa C G / KH 102,6 (6)	<input type="checkbox"/>	Hausmacher Fleischsalat mit 2 halben Eiern, dazu 1 Brötchen und Butter Aa C G J / KH 39,6	<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 05.08.	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4	<input type="checkbox"/>
DI 06.08.	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4	<input type="checkbox"/>
MI 07.08.	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4	<input type="checkbox"/>
DO 08.08.	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4	<input type="checkbox"/>
FR 09.08.	Thunfischsalat Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4	<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.

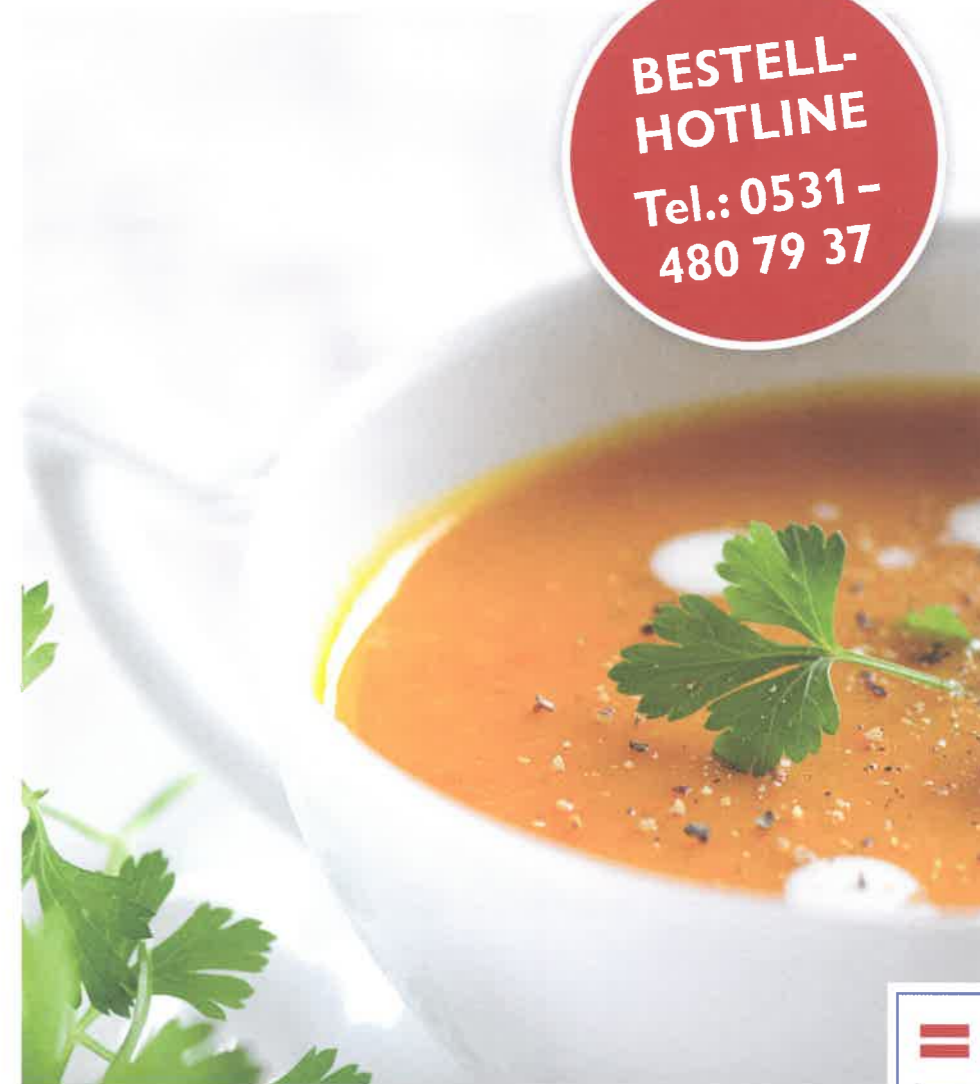
Verwaltung:
Saarbrückener Straße 255
Hauptsitz:
Saarbrückener Straße 50
38116 Braunschweig
Tel.: 0531 - 480 79 37
E-Mail: ear@paritaetischer-bs.de
www.paritaetischer-bs.de



Träger: Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit Braunschweig mbH

ESSEN AUF RÄDERN
FRISCH GEKOCHT ZU HAUSE GENIEßEN!

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



MENÜKARTE

KW 32 | 05.08. - 11.08.2024

Lecker und frisch
für Sie auf den Tisch!



IHRE MENÜAUSWAHL - KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE - KULINARISCHER GENUSS



	ALLERLEI	GUT BÜRGERLICH	VEGETARISCH	GOURMET	EXTRA MENÜ	MENÜ 1	MENÜ 2	MENÜ 3
	10,20 €	10,20 €	10,20 €	12,45 €	11,75 € (gelb)	9,30 € (silber)	10,10 € (rot)	10,10 € (schwarz)
MO 05.08.	Grießbrei <input type="checkbox"/> mit Zucker & Zimt, Beilagensalat, Banane A Aa C G I J L (1,6,8)	Gebratene Hähnchenkeule <input type="checkbox"/> mit Rosmarinjus, Erbsen & Möhren, Kartoffelspalten, Dessert A Aa G (1,6,11)	Farfalle <input type="checkbox"/> mit Zitronen-Basilikumsauce, dazu Beilagensalat, Dessert A Aa C G I J L (1,6,11)	Mini-Frikadellen ★ <input type="checkbox"/> vom Rind und Schwein in Zwiebelsauce, bayrisches Weißkohl-Gemüse, Stampfkartoffeln, Dessert Aa C G I J / 45,0	Wiener Zwiebelfleisch <input type="checkbox"/> In Sauce, Schwarzwurzeln, Petersilienkartoffeln, Dessert Aa F G I / KH 54,6 (6)	Möhreneintopf <input type="checkbox"/> mit Fleischwürstchen, Kartoffeln und Gartenkräutern, dazu 1 Brötchen Aa F G I J / KH 43,5 (2,6)	Gegrillter Schweinekamm <input type="checkbox"/> auf Schnittbohnen Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa G I J / KH 42,2 (6)	Geflügelpfanne <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen in Sahnesauce mit Brokkoli & Champignons, dazu Butterreis, Dessert Aa F G I / KH 72,2
DI 06.08.	Erbseintopf <input type="checkbox"/> mit Kasselerinlage und Wiener Würstchen, dazu 1 Brötchen, Salatbeilage, Dessert A Aa Ab C G I J L (1,2,6,7)	Hähnchen „Cordon Bleu“ <input type="checkbox"/> mit Rahmsauce, Brokkoli, Kartoffeln, Dessert A Aa G (1,2,6,7)	Rührei <input type="checkbox"/> mit Spinat und Kartoffeln, Salatbeilage, Dessert C G I J L (1,6)	Fränkischer Sauerbraten v. Rind ★ <input type="checkbox"/> mit Sauce, Rotkohl, Spätzle, Dessert A C G I	Hirschragout <input type="checkbox"/> In Wacholderrahmsauce, Apfelrotkohl, Thüringer Klöße, Dessert Aa G I / KH 64,3 (4)	Penne Nudeln <input type="checkbox"/> mit Rindfleisch-Kräuter-Sauce, dazu geriebener Hartkäse Aa F G I / KH 84,2 (1,2)	Seelachs natur <input type="checkbox"/> mit Senfsauce, Salzkartoffeln, dazu grüner Bohnensalat Aa D G I J / KH 52,0 (5,6)	Fleischklößchen <input type="checkbox"/> auf Möhrengemüse, dazu Kartoffelpüree, Dessert Aa C G I J / KH 57,4
MI 07.08.	Spaghetti <input type="checkbox"/> mit Tomatenpesto, Gurkensalat, Dessert A Aa G H Ha	Fischstäbchen <input type="checkbox"/> mit Remouladensauce, Brokkoli und Kartoffel-Erbsen-Stampf, Dessert A Aa Ad D G J (1,4,6)	Kokos-Curry-Suppe <input type="checkbox"/> mit Brötchen, Gurkensalat, Dessert A Aa Ab F G (6)	Mini-Frikadellen ★ <input type="checkbox"/> vom Rind und Schwein in Zwiebelsauce, bayrisches Weißkohl-Gemüse, Stampfkartoffeln, Dessert Aa C G I J / 45,0	Schnitzel ★ <input type="checkbox"/> mit Rahmchampignons, Röstitaler, dazu Krautsalat, Dessert Aa G I / KH 83,0 (2,4)	Schlemmerpfanne <input type="checkbox"/> vom Schwein mit Paprikawürfeln, Mais, Spiralnudeln, Dessert Aa F I / KH 80,7	Kohlroulade <input type="checkbox"/> mit Hackfleischfüllung, dazu Sauce Hollandaise, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I J / KH 54,2	Gegrillte Hähnchenkeule <input type="checkbox"/> in Geflügelsauce, dazu Mischgemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa G I / KH 70,0 (6)
DO 08.08.	Lasagne ★ <input type="checkbox"/> vom Schwein mit Tomatensauce, Salatbeilage, Dessert A Aa C G I J L (1,6)	Seelachsfilet <input type="checkbox"/> „Tomate-Basilikum“ mit Kräutersauce, Romanescogemüse, Wildreis Mischung, Dessert D G (1)	Pikantes Sojageschnetzeltes <input type="checkbox"/> mit Romanescogemüse & Penne Rigatte, Salatbeilage, Dessert A Aa C F G I J L (1,2,6)	Fränkischer Sauerbraten v. Rind ★ <input type="checkbox"/> mit Sauce, Rotkohl, Spätzle, Dessert A C G I	Fischfiletstreifen <input type="checkbox"/> „im Backteig“ mit Sauce Hollandaise, Salzkartoffeln, Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C D G I J / KH 62,5 (5,6)	Graupensuppe <input type="checkbox"/> mit Krakauer Würstchen und feinem Gemüse, dazu 1 Brötchen Aa F I J / KH 84,2 (2)	Schweingeschnetzeltes <input type="checkbox"/> in Rahmsauce mit Champignons, dazu Spiralnudeln Aa F G I / KH 70,4	Kalbfiletbällchen <input type="checkbox"/> in Rahmsauce mit buntem Gemüse, dazu Kartoffelpüree Aa C G I J / KH 63,9
FR 09.08.	Schweine-Gyros <input type="checkbox"/> mit Zaziki, Djuvecreis, Krautsalat, Dessert G	Hausgemachte Fusilli Grande <input type="checkbox"/> mit Schinken-Sahne-Sauce, Krautsalat, Dessert A Aa G (1,2,6,7)	Indisches Linsen-Dal <input type="checkbox"/> mit Basmatireis, Krautsalat, Dessert G K	Mini-Frikadellen ★ <input type="checkbox"/> vom Rind und Schwein in Zwiebelsauce, bayrisches Weißkohl-Gemüse, Stampfkartoffeln, Dessert Aa C G I J / 45,0	Frankfurter Rippchen <input type="checkbox"/> mit Sauerkraut, Zwiebelpüree, dazu Senf, Dessert G I J / KH 44,3 (3)	Mildes Hähnchencurry <input type="checkbox"/> mit Gemüsestreifen, dazu Basmatireis Aa F G I / KH 64,8	Jägersulasch ★ <input type="checkbox"/> vom Schwein mit Champignons und Kräutern, Kartoffelklöße, Selleriesalat mit saurer Sahne Aa G I / KH 93,4	Matjesfilet <input type="checkbox"/> pikante Tunke mit Äpfeln, Zwiebeln, Gurken, dazu Salzkartoffeln (extra verpackt) C D G J / KH 53,0 (5,6)
SA 10.08.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3 <input type="checkbox"/>	---> <input type="checkbox"/>	---> <input type="checkbox"/>	---> <input type="checkbox"/>	Krustenbraten <input type="checkbox"/> mit in deftiger Sauce, Thüringer Klöße, dazu Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 86,6	Schupfnudel-Gemüsepfanne <input type="checkbox"/> in Butter gebraten, dazu Sahnesauce, Dessert Aa C F G I / KH 75,8 11,10 €	Kasseler <input type="checkbox"/> auf Wirsinggemüse, Kartoffelpüree, Dessert Aa G I / KH 46,2 (3)	Thüringer Linseneintopf <input type="checkbox"/> mit Rotwurst, Wiener Würstchen, Speck, Dessert Aa F G I J / KH 89,5 (2,3,6)
SO 11.08.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3 <input type="checkbox"/>	---> <input type="checkbox"/>	---> <input type="checkbox"/>	---> <input type="checkbox"/>	Kaninchenkeule ★ <input type="checkbox"/> mit Rahmsauce, Schwarzwurzelgemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa F G I J / KH 50,9 (6)	Gemüse-Knusper-Frikadelle <input type="checkbox"/> mit Sauce Hollandaise, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 76,4 11,10 €	Geflügelfrikadelle <input type="checkbox"/> mit Sauce, Erbsengemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I J / KH 70,8 (6)	Rahmgulasch <input type="checkbox"/> vom Rind mit Erbsengemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa F G I / KH 77,7 (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.