



# EINFACH LECKER

## MENÜ 4 (FLEISCHLOS)

10,10 € (grün)

## KALTMENÜ

9,30 €

MO 12.08.	<b>Vegetarische Paprikaschote</b> mit Tomatensauce, dazu Reis, Dessert Aa C F I J / KH 88,6	<input type="checkbox"/>	<b>Schweineschnitzel</b> <input type="checkbox"/> (paniert) mit Kartoffelsalat, Salatgarnitur, Senf Aa C J / KH 61,9 (2,4)
DI 13.08.	<b>Gemüsefrikadelle</b> (Kürbis-Steckrübe) mit Sesamkartoffeln, dazu Kräuter-Dip Aa G K / KH 46,3 (6)	<input type="checkbox"/>	<b>Heringssalat</b> mit roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln, Gurken, dazu 1 Brötchen und Butter Aa C D G I J / KH 51,3 (5)
MI 14.08.	<b>Blumenkohl in Backteig</b> mit Salzkartoffeln, dazu Cocktail-Dip A C G J / KH 111,2 (6)	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtpokal „Sylt“</b> <input type="checkbox"/> Sahnequark mit Beerencocktail und Vanillesauce G / KH 111,1 (1)
DO 15.08.	<b>Möhreneintopf</b> mit frischer Petersilie und Kartoffeln, dazu 1 Brötchen Aa F I / KH 71,8 (6)	<input type="checkbox"/>	<b>Wurstsalat</b> <input type="checkbox"/> „Schweizer Art“ mit Emmentaler, Gewürzgurken, Zwiebeln, dazu 1 Brötchen und Butter Aa G J / KH 35,9 (1,2)
FR 16.08.	<b>Nudelplatte „Verona“</b> mit Käsetortellini in Gorgonzolasauce & Penne Nudeln in Tomatensauce A C F G I / KH 161,7	<input type="checkbox"/>	<b>Krabbencocktail</b> <input type="checkbox"/> mit Champignons und Spargel, dazu 1 Brötchen und Butter Aa B C G J / KH 20,1 (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 12.08.	<b>„Sweet-Dreams“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Ananas, Mandarinen, Walnusskerne, Salatmix, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G Hc I J / KH 37,6	<input type="checkbox"/>
DI 13.08.	<b>„Sweet-Dreams“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Ananas, Mandarinen, Walnusskerne, Salatmix, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G Hc I J / KH 37,6	<input type="checkbox"/>
MI 14.08.	<b>„Sweet-Dreams“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Ananas, Mandarinen, Walnusskerne, Salatmix, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G Hc I J / KH 37,6	<input type="checkbox"/>
DO 15.08.	<b>„Sweet-Dreams“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Ananas, Mandarinen, Walnusskerne, Salatmix, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G Hc I J / KH 37,6	<input type="checkbox"/>
FR 16.08.	<b>„Sweet-Dreams“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Ananas, Mandarinen, Walnusskerne, Salatmix, Italienisches Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G Hc 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



Träger: Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit Braunschweig mbH



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

## MENÜKARTE

**KW 33 | 12.08. - 18.08.2024**

Lecker und frisch für Sie auf den Tisch!







# IHRE MENÜAUSWAHL - KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE - KULINARISCHER GENUSS

	ALLERLEI 10,20 €	GUT BÜRGERLICH 10,20 €	VEGETARISCH 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 12.08.	<b>Hähnchenbrustfilet</b> <input type="checkbox"/> in Knusperpanade mit Curry-Mangosauce, Brokkoli, Basmatireis, Dessert A Aa G (6)	<b>Pasta</b> <input type="checkbox"/> mit weißem Bohnenragout, Bellagensalat, Dessert A Aa C G I J L (1,6)	<b>Germknödel</b> <input type="checkbox"/> mit Pflaumenmusfüllung & Vanillesauce, Bellagensalat, Banane A Aa C G I J L (1,6,8)	<b>Kräuter-Seelachsfilet</b> <input type="checkbox"/> In Kräutermarinade, dazu rustikales Frühlingsgemüse, Salzkartoffeln, Dessert D / KH 38,0	<b>Geflügelroulade</b> <input type="checkbox"/> mit Sauce Hollandaise, Brokkoli, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I J / KH 39,3 (6)	<b>Geflügelhack-Bällchen</b> <input type="checkbox"/> auf Rahmkohlrabi, Kartoffelpüree Aa C G I J / KH 53,7	<b>Hackfleisch-Käselaschsuppe</b> <input type="checkbox"/> verfeinert mit Schmelzkäse, dazu 1 Brötchen Aa G I / KH 62,0 (1,2)	<b>Bratwurst</b> <input type="checkbox"/> auf Sauerkraut, Bratkartoffeln, dazu Senf G I J / KH 61,1 (2,3,6,7)
DI 13.08.	<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, Balkansalat, Dessert A Ad E G (2,9)	<b>Eierpfannkuchen</b> <input type="checkbox"/> mit Apfelmus, Balkansalat, Dessert A Aa C G (2,9)	<b>Kasseler Braten</b> ★ <input type="checkbox"/> In Bratensaft, Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert G I	<b>Schlemmerfilet „italiano“</b> <input type="checkbox"/> Fischfilet mit Tomatenwürfeln und Zwiebeln, Salzkartoffeln, Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C D G J / KH 54,7 (5,6)	<b>Gekochte Eier</b> <input type="checkbox"/> In Senfsauce, Petersilienkartoffeln, dazu Eisbergsalat/Dressing A C G I J / KH 43,2 (6)	<b>Fleischkäse</b> <input type="checkbox"/> in Sauce, Blumenkohl und Salzkartoffeln Aa G I / KH 43,8 (2,6)	<b>Szegediner Gulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Paprika und Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert Aa F G I / KH 45,3 (2)
MI 14.08.	<b>Hühnerfrikassee</b> <input type="checkbox"/> Romanescogemüse und Reis, Dessert G J (1,6)	<b>Gebackener Camembert</b> <input type="checkbox"/> mit Preiselbeeren, Baguette, Salatbellage, Dessert A Aa Ab C G (6)	<b>Rote Linsensuppe</b> <input type="checkbox"/> dazu Brötchen, Bellagensalat, Dessert A Aa Ab C G I J L (1,6)	<b>Kräuter-Seelachsfilet</b> <input type="checkbox"/> In Kräutermarinade, dazu rustikales Frühlingsgemüse, Salzkartoffeln, Dessert D / KH 38,0	<b>Mozzarella-Schnitzel</b> <input type="checkbox"/> Schweineschnitzel mit Tomaten & Mozzarella, Tomatenreis, Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C F G J / KH 86,9	<b>Vanillemilchreis</b> <input type="checkbox"/> mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus G / KH 172,1	<b>Geschnetzeltes</b> <input type="checkbox"/> „Art Stroganoff“ mit Gewürzgerken und Champignons, dazu Senfrahmsauce, Salzkartoffeln Aa F G I J / KH 47,3 (6)	<b>Hähnchenbrustfilet</b> <input type="checkbox"/> in Geflügelsauce, Mischgemüse, Kartoffelpüree Aa G I / KH 46,0
DO 15.08.	<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>Sesam-Karotten-Schnitzel</b> <input type="checkbox"/> mit Frischkäsedip, Kartoffeln, dazu Feldsalat, Marmorkuchen A Aa C G I K (6)	<b>Buntes Reisgericht</b> <input type="checkbox"/> mit frischem Gemüse & Paprikadip, Bellagensalat, Marmorkuchen A Aa C G I J L (1,2,6,9)	<b>Kasseler Braten</b> ★ <input type="checkbox"/> In Bratensaft, Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert G I	<b>Schweinefilet</b> <input type="checkbox"/> mit Champignonrahmsauce, Röstitaler, gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C F G I J / KH 50,0	<b>Spaghetti „Carbonara“</b> <input type="checkbox"/> Vollkornspaghetti mit feiner Käse-Sahnesauce und Hähnchenwürfeln Aa F G I / KH 74,4 (2)	<b>Gebackenes Fischfilet</b> <input type="checkbox"/> mit Sauce Hollandaise, Salzkartoffeln, dazu Möhrensalat Aa C D F G I / KH 84,5 (2,4,5,6)	<b>Frikadelle</b> <input type="checkbox"/> vom Rind (Bio) & Schwein mit Rahmchampignons, Rosenkohl, Salzkartoffeln Aa C G I / KH 45,9 (6)
FR 16.08.	<b>Hausgemachte Campanelle</b> <input type="checkbox"/> mit Lachs und Spinat in Sahnesauce, Tomatensalat, Dessert A Aa D G (2)	<b>Rostbratwurst</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Bayrisch Kraut, Kartoffelpüree, dazu Senf, Dessert D G J (1,6)	<b>Gemüselasagne</b> <input type="checkbox"/> „mediterran“ mit Tomatensauce, Salatrauke, Tomatensalat, Dessert A Aa C G (2,9)	<b>Kräuter-Seelachsfilet</b> <input type="checkbox"/> In Kräutermarinade, dazu rustikales Frühlingsgemüse, Salzkartoffeln, Dessert D / KH 38,0	<b>Thüringer Rostbrätel</b> ★ <input type="checkbox"/> Nackensteak mit Zwiebeln, Bratkartoffeln, Krautsalat, Dessert Ac C G J L / KH 64,8 (6)	<b>Jägerschnitzel</b> <input type="checkbox"/> (paniert) mit Sauce, Kartoffeln, Krautsalat in saurer Sahne Aa G I / KH 67,1 (2,4,6)	<b>Gebackener Camembert</b> <input type="checkbox"/> mit Preiselbeer-Rahmsauce und Basmatireis, Dessert A G I / KH 83,0 (6)	<b>Fischfilet</b> <input type="checkbox"/> auf Blattspinat, Salzkartoffeln Aa D G I / KH 46,8 (5,6)
SA 17.08.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3	→	→	→	<b>Sauerbraten</b> ★ <input type="checkbox"/> vom Rind mit Sauce, Apfelrotkohl, Kartoffelklöße, Dessert Aa F I / KH 68,3 (4)	<b>Gemüse-Maultaschen</b> <input type="checkbox"/> mit Kräuterrahmsauce, gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 69,1 11,10 €	<b>Erbseintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Wiener Würstchen, Speck und Zwiebeln, Dessert Aa F G I J / KH 88,6 (2,3,6)	<b>Mettbällchen</b> <input type="checkbox"/> auf Karottengemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I J / KH 67,3 (6)
SO 18.08.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3	→	→	→	<b>Rinderroulade</b> ★ <input type="checkbox"/> mit deftiger Sauce, Rosenkohl, Salzkartoffeln, Dessert Aa I J / KH 64,0 (6)	<b>Knusper-Gemüse-Tasche</b> <input type="checkbox"/> mit Sahnesauce, dazu Djuvecreis, Dessert Aa G / KH 73,8 11,10 €	<b>Kasselerlachs</b> <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Schwarzwurzelgemüse, Petersilienkartoffeln, Dessert Aa F G I / KH 54,4 (3,6)	<b>Schweinebraten</b> <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Schwarzwurzelgemüse, Petersilienkartoffeln, Dessert Aa G I / KH 54,7

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

