



EINFACH LECKER

| | DESSERT | KALTMENÜ |
|--------------|---|--|
| | 1,00 € | 10,30 € |
| MO 17.03. | Cheese-Cake-Dessert Aa C G <input type="checkbox"/> | Brathering <input type="checkbox"/> dazu Kartoffelsalat mit Essig und Öl und Garnitur Aa C D I J |
| DI 18.03. | Buttermilchdessert Birne-Vanille G <input type="checkbox"/> | Hackfleischtaler <input type="checkbox"/> dazu Reissalat (mit Paprika und Mayonnaise) und Garnitur Aa C F G I J S |
| MI 19.03. | Nuss-Nougat Pudding G Hb <input type="checkbox"/> | Hähnchenkeule <input type="checkbox"/> dazu Kartoffelsalat mit Mayonnaise und Garnitur Aa C G I J |
| DO 20.03. | Karamellpudding G <input type="checkbox"/> | Schnitzelteller <input type="checkbox"/> mit Hähnchen- und Schweineschnitzel, dazu Käsetortellini-Salat Aa C G S |
| FR 21.03. | Rote Grütze Aa E (1) <input type="checkbox"/> | Fleischwurstsalat <input type="checkbox"/> mit Mayonnaise, dazu Baguettebrötchen und Garnitur Aa 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 17.03. | Salat „Venezia“ <input type="checkbox"/> Blattsalat, Paprika, Karotten, Perlzwiebeln, Hähnchenbruststreifen, dazu Italiendressing I J |
| DI 18.03. | Salat „Feinschmecker“ <input type="checkbox"/> Eisbergsalat, Gurke, Mais, Ei, Kidneybohnen, dazu Buttermilchdressing C G J |
| MI 19.03. | „Florentiner Salat“ <input type="checkbox"/> Eisbergsalat, Tomate, Mais, Radleschen, Kasselerstreifen, dazu Kräuterdressing G S (3,6) |
| DO 20.03. | Irischer Salat <input type="checkbox"/> Eisbergsalat, Tomate, Gurke, Räucherlachs, Dill, Zitrone, dazu Joghurtdressing D G (6) |
| FR 21.03. | Salat „Sarandana“ <input type="checkbox"/> Gemischter Salat mit Frischkäse, Croutons, dazu Joghurtdressing Aa C G J |

Zeichenerklärung:

- ★ = sehr beliebt
- = vegetarisch
- = Fischgericht

- * = enthält Zusatzstoffe
- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Natripökelsalz
- 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 12 | 17.03. - 23.03.2025

Lecker und frisch
für Sie auf den Tisch!





IHRE MENÜAUSWAHL - KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE - KULINARISCHER GENUSS

| | STUDIERENDENWERK OstNiedersachsen MENSA 1 | STUDIERENDENWERK OstNiedersachsen MENSA 2 | STUDIERENDENWERK OstNiedersachsen 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 17.03. | Bauernfrikadelle <input type="checkbox"/> mit Zwiebelsauce, Kaisergemüse, Kartoffelpüree, Dessert A Aa C G (1,6) | Tofugulasch <input type="checkbox"/> mit Gemüse, Penne Rigatte, dazu Gurkensalat mit Schmand, Dessert A Aa F G | Grießbrei <input type="checkbox"/> mit heißen Kirschen und Zucker & Zimt, dazu Gurkensalat mit Schmand, Marmorkuchen A Aa C G | Klopse „Königsberger Art“ <input type="checkbox"/> ★ dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 47 | Currywurstgulasch <input type="checkbox"/> mit milder Currysauce und Kartoffelpüree, dazu ein Fruchtjoghurt Aa C F G I S (1,6,7) | Kohlrabi-Kartoffel-Möhreneintopf <input type="checkbox"/> mit Würstchenwürfel I S (3,7) | Nudeln <input type="checkbox"/> mit Broccoli-Cremesauce, dazu ein Fruchtjoghurt Aa G | Rindergulasch mit Nudeln, dazu ein Fruchtjoghurt <input type="checkbox"/> Aa C F J (2,4) |
| DI 18.03. | Brokkoli-Nuggets <input type="checkbox"/> mit Kräuterschmand und Kartoffel-Erbsenstampf, dazu Rote-Bete-Salat, Dessert A Aa Ac C F G I (1, 6) | Rindergulasch <input type="checkbox"/> ★ mit Waldpilzen, Rosenkohl, Butterspätzle, Dessert A Aa C G | Krautfleckerl <input type="checkbox"/> gebratene Nudeln mit Gemüstreifen, dazu Rote-Bete-Salat, Dessert A Aa G (4) | Seelachsfilet „mediterran“ <input type="checkbox"/> ➔ in einer mediterranen Tomatensauce, Grill-Gemüse, Kartoffelwürfel, Dessert D / 48,0 | Eieromlette <input type="checkbox"/> mit Spinat und Kartoffeln Aa G | Geflügelfleisch-Klößchen-Suppe <input type="checkbox"/> mit Muschelnudeln und Gemüse Aa C I | Gnocchi <input type="checkbox"/> in einer Pilzrahm-Kräutersauce, dazu Obst Aa G (1) | Schweineschnitzel <input type="checkbox"/> mit Rahmsauce, dazu Erbsengemüse und Kartoffeln Aa C S |
| MI 19.03. | Raviolini Ratatouille <input type="checkbox"/> mit mediterraner Gemüsesauce, Wachsbrechbohnenalat, Dessert A Aa G | Hähnchennuggets <input type="checkbox"/> In Knusperpanade, dazu Curry-Mangoldp, Mexikogemüse, Kartoffelspalten, Dessert A Aa C G I J (2,6) | Chili sin Carne <input type="checkbox"/> mit Reis, dazu Wachsbrechbohnenalat, Dessert A Aa F G | Klopse „Königsberger Art“ <input type="checkbox"/> ★ dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 47 | Buntes Hühnerfrikassee <input type="checkbox"/> in cremiger Sauce mit Reis, dazu Apfelmus Aa G I (1) | Weißer Bohneneintopf <input type="checkbox"/> mit Fleischelnlage, dazu Apfelmus Aa Ab I S | Eierkuchen <input type="checkbox"/> dazu Apfelmus Aa C G | Lammhacksteak <input type="checkbox"/> mit Lamm sauce, dazu Bohnen und Salzkartoffeln Aa C G |
| DO 20.03. | Bratwurst „Nürnberger Art“ <input type="checkbox"/> ★ mit Jus, Sauerkraut und Kartoffelpüree, Dessert G I J L (1,2,6,7) | Karotten-Zucchini-puffer <input type="checkbox"/> mit Kräuterschmand, dazu Feldsalat, Dessert C G (6) | Buntes Gemüsecurry <input type="checkbox"/> mit Basmatireis, dazu Karottensalat, Dessert A Aa F G H Hd (8) | Seelachsfilet „mediterran“ <input type="checkbox"/> ➔ in einer mediterranen Tomatensauce, Grill-Gemüse, Kartoffelwürfel, Dessert D / 48,0 | 4 Fischstäbchen <input type="checkbox"/> ➔ mit Dillsauce und Kartoffelpüree, dazu ein Schokopudding Aa D G | Nudeleintopf <input type="checkbox"/> mit Petersille, Gemüse- und Hühnchenfleischelnlage Aa I | Nudeln <input type="checkbox"/> mit fruchtiger Tomatensauce, dazu ein Schokopudding Aa G | Eisbeinflisch <input type="checkbox"/> ohne Knochen auf Sauerkraut, dazu Kartoffeln Aa S (3,6) |
| FR 21.03. | Erbseneintopf <input type="checkbox"/> mit Kasselerelnlage, dazu ein Brötchen, Bellagensalat, Dessert Aa Ab C G i J L (1,2,6) | Seelachsfilet Müllerin Art <input type="checkbox"/> ➔ mit Dill-Sahne-Sauce, Brokkoli, Kartoffeln, Dessert A Aa C G (1) | Pilzragout <input type="checkbox"/> in Sahnesauce, Semmelknödeln, dazu Bellagensalat, Dessert A Aa C I J L (1,6) | Klopse „Königsberger Art“ <input type="checkbox"/> ★ dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 47 | Putenwürfel <input type="checkbox"/> mit Champignons in Rahmsauce und Kartoffelpüree, dazu ein Erdbeerfruchtquark Aa G | Erbseneintopf <input type="checkbox"/> mit Kasseler, Möhren- und Kartoffelwürfel Aa Ab I S | Gemüsenugets <input type="checkbox"/> mit Dillsauce und Salzkartoffeln, dazu ein Erdbeerfruchtquark Aa F | Hähnchenschnitzel <input type="checkbox"/> mit Erbsen-, Möhregemüse in Holländischer Sauce, dazu Kartoffelpüree Aa C G |
| SA 22.03. | Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, EINTOPF und DESSERT <input type="checkbox"/> | ----➔ | ----➔ | Paprikaschote <input type="checkbox"/> ★ mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensauce, dazu Langkornreis, Dessert A Aa C S | Hähnchenbrust <input type="checkbox"/> mit fruchtiger Tomatensauce und Reis, dazu Obst Aa G | Linseneintopf <input type="checkbox"/> mit Kartoffelwürfel und Kasselerfleisch, dazu Obst Aa Ab G I S | Nachtisch Latte Macchiato-Pudding <input type="checkbox"/> G 1,00 € | |
| SO 23.03. | Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und KLASSIKER <input type="checkbox"/> | ----➔ | ----➔ | Schweine-medailleurs <input type="checkbox"/> ★ in feiner Rahmsauce mit Apfelrotkohl und Spätzle, Dessert A Aa C G S | Texaspfanne <input type="checkbox"/> mit Hähnchenfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Reis Aa (1) | | Nachtisch Joghurt Stracciatella <input type="checkbox"/> G 1,00 € | Schweinebraten <input type="checkbox"/> mit Sauce, dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln Aa G S (1) |

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)

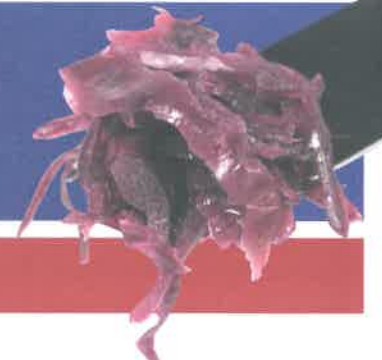
Stück Kuchen: 3,10 €
MO DI MI DO FR SA SO



(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.