



Einfach lecker

	DESSERT 1,25 €	KALTMENÜ 11,10 €
MO 20.04.	Apfelmus mit Vanillesauce ML (3) <input type="checkbox"/>	Fischfilet <input type="checkbox"/> (paniert) dazu Kartoffelsalat mit Mayonnaise und Garnitur F GL1 EI ML SL
DI 21.04.	Latte Macchiato Pudding ML <input type="checkbox"/>	Italienischer Nudelsalat <input type="checkbox"/> mit Oliven, Kochschinkenstreifen und Garnitur S GL1 EI ML NU SL
MI 22.04.	Quark Dessert Heidelbeere ML <input type="checkbox"/>	Schweineschnitzel <input type="checkbox"/> dazu Kartoffel-Gurkensalat mit Essig und Öl und Garnitur S GL1 EI
DO 23.04.	Nuss Nougat Pudding mit Sahne ML SO NU1 NU2 <input type="checkbox"/>	Heringsdillhappen <input type="checkbox"/> mit Garnitur, dazu Mischbrot und Butter F GL1 GL3 EI ML SO
FR 24.04.	Pfirsich-Maracuja Joghurt ML <input type="checkbox"/>	Party-Wiener <input type="checkbox"/> dazu bunter Kartoffelsalat mit Mayonnaise und Garnitur S EI ML SL SF (1,2,3)

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 delikats

	SALATTELLER 11,10 €
MO 20.04.	„Diplomatensalat“ <input type="checkbox"/> Blattsalat, Tomate, Käse, Champignons, Schinken, Ei, dazu French-Dressing S EI ML SL SF
DI 21.04.	Salat „Maharani“ <input type="checkbox"/> Eisbergsalat, Romana, Mango, Kirschtomaten, Hähnchenbruststreifen, dazu Curry-Dressing G EI ML SL SF
MI 22.04.	Portugiesischer Salat <input type="checkbox"/> Gemischter Salat mit Thunfisch, Tomate, Zwiebeln, dazu American-Dressing F EI ML SL SF
DO 23.04.	Salat „Tropika“ <input type="checkbox"/> Blattsalat, Kiwi, Ananas, Birnen, Mandarinen, dazu Joghurt-Zitronendressing EI ML SF SL
FR 24.04.	Griechischer Salat <input type="checkbox"/> Weißkraut, Paprika, Olive, Gurke, Tomaten, Peperoni, Hirtenkäse, dazu Balsamico-Dressing ML SL (1,2)

Zeichenerklärung:

- ★ = sehr beliebt
- = vegetarisch
- = Fischgericht

Zusatzstoffkennzeichnung

- 1 mit Farbstoff
- 2 mit Konservierungsstoff
- 3 mit Antioxidationsmittel
- 5 geschwefelt
- 6 geschwärzt
- 7 gewachst
- 8 mit Phosphat
- 9 mit Süßungsmittel/n
- 10 enthält eine Phenylalaninquelle
- 11 koffeinhaltig
- 60 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel/n

Allergenkennzeichnung

Glutenhaltiges Getreide (GL)

- GL1 Weizen
- GL2 Roggen
- GL3 Gerste
- GL4 Hafer
- GL5 Dinkel

Schalenfrüchte (NU)

- NU1 Mandeln
- NU2 Haselnüsse
- NU3 Walnüsse
- NU4 Cashewnüsse
- NU5 Pecannüsse
- NU6 Paranüsse
- NU7 Pistazien
- NU8 Macadamianüsse

Ei und Eierzeugnisse

- EI Eier und Eierzeugnisse

Erdnüsse

- EN Erdnüsse

Fisch

- FI Fisch

Krebstiere

- KR Krebstiere

Milch (Laktose)

- ML Milch (Laktose)

Sesamsamen

- SE Sesamsamen

Senf

- SF Senf

Sellerie

- SL Sellerie

Soja(bohnen)

- SO Soja(bohnen)

Schwefeldioxid und Sulphite

- SW Schwefeldioxid und Sulphite

Speisenkennzeichnung

- F Fisch

- G Geflügel

- L Lamm

- R Rind

- S Schwein

- W Wild

Essen auf Rädern

Frisch gekocht zu Hause genießen!



Bestell-Hotline
0531 - 480 79 37

Menükarte

KW 17 | 20.04. - 26.04.2026

Lecker und frisch für Sie auf den Tisch!



Träger: Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit Braunschweig mbH

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





Ihre Menüauswahl – Köstliches für Zuhause – Kulinarischer Genuss

	STUDIERENDENWERK OstNiedersachsen MENSA 1 11,50 €	STUDIERENDENWERK OstNiedersachsen MENSA 2 11,50 €	STUDIERENDENWERK OstNiedersachsen MENSA 3 11,50 €	GOURMET 13,85 €	LEICHTE KOST 11,50 €	EINTOPF 10,85 €	VEGETARISCH 11,80 €	KLASSIKER 12,20 €
MO 20.04.	Hühnerfrikassee <input type="checkbox"/> mit Champignons und Spargel, Leipziger Allerlei und Reis, Crème Pflirsich-Maracuja- Geschmack G ML SF (1,3)	Penne <input type="checkbox"/> mit Sojabolognese, dazu Rotkrautsalat, Crème Pflirsich-Maracuja-Geschmack GL GL1 ML SO	Dal-Indische Linsensuppe <input type="checkbox"/> mit Brötchen, dazu Rotkrautsalat, Crème Pflirsich-Maracuja-Geschmack GL GL1 GL3 ML	Fränkischer Sauer- Braten v. Rind <input type="checkbox"/> mit Sauce, Rotkohl, Spätzle, Dessert R GL EI ML SL	Hähnchengulasch <input type="checkbox"/> mit Spirellis, dazu ein Pudding G GL1 ML	Bohneneintopf <input type="checkbox"/> mit Kasseler, Möhren und Kartoffeleinlage S GL1 SL	Nudel- Gemüsepfanne <input type="checkbox"/> dazu ein Pudding GL1 ML	Geflügelbratwurst <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Sauerkraut und Salzkartoffeln G GL1 ML SL SF (2,3,8)
DI 21.04.	Currywurst <input type="checkbox"/> mit pikanter Currysauce, Kartoffelspalten, dazu Tomatensalat, Quarkspelse mit Waldbeeren S R ML SL (2,3,60)	Ofenkartoffel <input type="checkbox"/> mit Kräuterquark, dazu Tomatensalat, Quarkspelse mit Waldbeeren ML (2)	Grießbrei <input type="checkbox"/> mit Zucker und Zimt, dazu Tomatensalat, Apfel GL GL1 ML (2,7)	Seelachsfilet „mediterran“ <input type="checkbox"/> In einer mediterranen Tomatensauce, Grill-Gemüse, Kartoffelwürfel, Dessert F	Hackfleischpfanne <input type="checkbox"/> mit Paprikastreifen, Champignons, Erbsen und Salzkartoffeln S GL1 SL	Graupeneintopf <input type="checkbox"/> mit Kartoffel- und Kasselerwürfel, dazu eine Scheibe Brot S GL1 GL2 ML (5,8)	Blumenkohl im Backteig <input type="checkbox"/> mit Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln GL1 EI ML	Leberkäse <input type="checkbox"/> mit einer Bratensauce, Erbsengemüse und Kartoffelpüree S GL1 ML (1,2,3,4,5)
MI 22.04.	Kaiserschmarrn <input type="checkbox"/> mit Vanillesauce, dazu Apfel-Möhren-Salat, Apfelkompott GL GL1 EI ML (3,7)	Hausgemachte Piccata Milanese <input type="checkbox"/> vom Huhn mit Tomatensauce, Brokkoli und Bandnudeln, Apfelkompott G GL GL1 EI ML (3)	Gemüsepaella <input type="checkbox"/> mit gebratenen Champignons, dazu Apfel-Möhren-Salat, Apfelkompott (2,3,6,7)	Fränkischer Sauer- Braten v. Rind <input type="checkbox"/> mit Sauce, Rotkohl, Spätzle, Dessert R GL EI ML SL	Hackfleisch- Möhren-Pfanne <input type="checkbox"/> mit Reis S GL1 ML SL	Reissuppe <input type="checkbox"/> mit Gemüseeinlage und Geflügelfleisch, dazu eine Scheibe Brot G GL1 GL2 SL	Eierkuchen <input type="checkbox"/> mit Apfelmus GL1 EI ML (3)	Hacksteakröllchen <input type="checkbox"/> „Griechische Art“ mit grünen Bohnen und Kartoffelpüree S GL1 EI ML
DO 23.04.	Seelachs in Tempurateig <input type="checkbox"/> mit Kartoffelspalten, dazu grüne Sauce, Rote-Bete-Salat, Grießpudding mit Erdbeersauce F GL GL1 EI ML SF (3,9)	Zwiebel-Sahne- Schnitzel <input type="checkbox"/> Im Ofen gebacken mit Bohngemüse und Kartoffeln, Grießpudding mit Erdbeersauce S GL GL1 ML	Dinkelfusilli <input type="checkbox"/> mit Sauce all arrabiata, dazu Rote-Bete-Salat, Grießpudding mit Erdbeersauce GL GL1 GL5 ML (9)	Seelachsfilet „mediterran“ <input type="checkbox"/> In einer mediterranen Tomatensauce, Grill-Gemüse, Kartoffelwürfel, Dessert F	Gedünstetes Seelachsfilet <input type="checkbox"/> mit einer Dillsauce und Kartoffelpüree, dazu Rote Bete F GL1 ML (2,9)	Möhrensuppe <input type="checkbox"/> mit Kräutern, Kartoffelwürfel und Suppenfleischklößchen S GL1 SL	Nudeln <input type="checkbox"/> mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Obst GL1 EI SL	Kohlroulade <input type="checkbox"/> mit einer Bratensauce und Salzkartoffeln S GL1 (1)
FR 24.04.	Matjesfilet <input type="checkbox"/> „Hausfrauen Art“ mit Bohnen und Kartoffeln, Joghurt-Pflirsich-Maracuja F EI ML SF (1,2,3,7,9)	Gebratener Fleischkäse <input type="checkbox"/> mit Rahmsauce, Bohnen und Kartoffelpüree, Joghurt-Pflirsich-Maracuja R S ML SO (2,3)	Eier- pfannkuchen <input type="checkbox"/> mit Apfelmus, Weißkrautsalat, Banane GL GL1 EI ML	Fränkischer Sauer- Braten v. Rind <input type="checkbox"/> mit Sauce, Rotkohl, Spätzle, Dessert R GL EI ML SL	Fruchtiges Hähnchencurry <input type="checkbox"/> Hühnerfleisch in einer Mango- Curry-Sauce mit Reis, dazu Rohkostsalat G GL1 ML (1,2,9)	Pizzasuppe <input type="checkbox"/> mit Hackfleisch, Mals, Paprika und Champignons, dazu Rohkostsalat S GL1 ML SL (2,9)	Gemüse- Köttbullar <input type="checkbox"/> mit fruchtiger Paprikasauce und Reis, dazu Rohkostsalat GL1 ML SL SO (2,9)	Geflügelschnitzel „Cordon Bleu“ <input type="checkbox"/> mit Geflügelrahmsauce, Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln G GL1 EI ML (1)
SA 25.04.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und KLASSIKER	---->	---->	Klopse „Königsberger Art“ <input type="checkbox"/> dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert S GL1 EI ML SL	Sauerkraut- Kasseler-Pfanne <input type="checkbox"/> mit Kartoffeln, dazu ein Pudding S GL1 ML (5)		Nachtisch Vanillepudding <input type="checkbox"/> ML 1,25 €	Kartoffel- Hähnchen-Gratin <input type="checkbox"/> G GL1 ML SL
SO 26.04.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und KLASSIKER	---->	---->	Hirschgulasch <input type="checkbox"/> in Rotweinsauce, Pflaumen, Rotkohl, Kartoffelklöße, Dessert G GL1 EI ML	Fischfilet <input type="checkbox"/> mit einer Dillsauce, Kartoffelpüree, dazu Rote Bete F GL1 EI ML (1,2,9)		Nachtisch Apfelkompott <input type="checkbox"/> 1,25 €	Kasselerbraten <input type="checkbox"/> mit Sauce, Blumenkohlrößen und Kartoffeln S GL1 (5)

Auslieferungszuschlag
An Wochenenden
und Feiertagen
1,50 € pro Menü

Kleiner gemischter Salat: 3,50 €
MO DI MI DO FR

(Nur in Verbindung mit einer Menübestellung)



Stück Kuchen: 3,50 €
MO DI MI DO FR SA SO

(Nur in Verbindung mit einer Menübestellung)



Wir garantieren Ihnen:
zuverlässige Anlieferung an 364 Tagen im Jahr: Heiß-
auslieferung 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 rezepturmäßig verwendete Zutaten. Eine Haftung für die vollständige Aufzählung der aufgeführten Inhaltsstoffe wird ausgeschlossen.