



Einfach lecker

	DESSERT 1,25 €	KALTMENÜ 11,10 €
MO 15.06.	Apfelmus mit Vanillesauce ML (3)	Fischfilet (paniert) dazu Kartoffelsalat mit Mayonnaise und Garnitur F GL1 EI ML SL
DI 16.06.	Latte Macchiato Pudding ML	Italienischer Nudelsalat mit Oliven, Kochschinkenstreifen und Garnitur S GL1 EI ML NU SL
MI 17.06.	Quark Dessert Heidelbeere ML	Schweineschnitzel dazu Kartoffel-Gurkensalat mit Essig und Öl und Garnitur S GL1 EI
DO 18.06.	Nuss Nougat Pudding mit Sahne ML SO NU1 NU2	Heringsdillhappen mit Garnitur, dazu Mischbrot und Butter F GL1 GL3 EI ML SO
FR 19.06.	Pfirsich-Maracuja Joghurt ML	Party-Wiener 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 delikat

	SALATTELLER 11,10 €
MO 15.06.	„Diplomatensalat“ Blattsalat, Tomate, Käse, Champignons, Schinken, Ei, dazu French-Dressing S EI ML SL SF
DI 16.06.	Salat „Maharani“ Eisbergsalat, Romana, Mango, Kirschtomaten, Hähnchenbruststreifen, dazu Curry-Dressing G EI ML SL SF
MI 17.06.	Portugiesischer Salat Gemischter Salat mit Thunfisch, Tomate, Zwiebeln, dazu American-Dressing F EI ML SL SF
DO 18.06.	Salat „Tropika“ Blattsalat, Kiwi, Ananas, Birnen, Mandarinen, dazu Joghurt-Zitronendressing EI ML SF SL
FR 19.06.	Griechischer Salat 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

Erdnüsse

Fisch

Krebstiere

Milch (Laktose)

Sesamsamen

Senf

Sellerie

Soja(bohnen)

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 25 | 15.06. - 21.06.2026

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 15.06.	Cordon Bleu <input type="checkbox"/> vom Schwein mit Rahmsauce, Kaisergemüse und Kroketten, Mandarinenquarkspelse S GL GL1 ML (2,3,8)	Grießbrei <input type="checkbox"/> mit Zucker und Zimt, dazu Gurkensalat, Marmorkuchen GL GL1 EI ML	Karotten-Zucchini-Puffer <input type="checkbox"/> mit Kräuterschmand, dazu Gurkensalat, Mandarinenquarkspelse EI ML (3)	Schlemmerfilet <input type="checkbox"/> (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Auflage, Gemüsemix, Rahmkartoffeln, Dessert F GL1 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 16.06.	Andalusisches Rindergulasch <input type="checkbox"/> mit Mischgemüse und hausgemachter Pasta, Vanille-Cremepudding R GL GL1 ML SL (3,6)	Korsische Kartoffelpfanne <input type="checkbox"/> mit Zitronen-Melissen-Dip, Rote-Bete-Salat, Vanille-Cremepudding GL GL4 ML NU NU1 SF (3,6,9)	Karotten-Kokos-Suppe <input type="checkbox"/> mit roten Linsen, dazu ein Brötchen, Rote-Bete-Salat, Vanille-Cremepudding GL GL1 GL3 ML SO (9)	2 Hähnchen-oberkeulen <input type="checkbox"/> in feiner Rotweinsauce, Salzkartoffeln, Dessert G	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 17.06.	Spaghetti Bolognese <input type="checkbox"/> dazu Wachsbrechbohnen Salat, Creme Schokoladengeschmack S GL GL1 ML SL	Spinat Kartoffelaufbau <input type="checkbox"/> dazu Wachsbrechbohnen Salat, Creme Schokoladengeschmack G GL GL1 ML	Chili sin Carne <input type="checkbox"/> mit Reis, dazu Wachsbrechbohnen Salat, Creme Schokoladengeschmack GL GL1 ML SO	Schlemmerfilet <input type="checkbox"/> (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Auflage, Gemüsemix, Rahmkartoffeln, Dessert F GL1 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 18.06.	Currywurst <input type="checkbox"/> mit pikanter Sauce, Kartoffelspalten, dazu Karottensalat, Joghurt mit Heidelbeeren S R ML SL (2,3,7,60)	Erseneintopf <input type="checkbox"/> mit Kassiereinlage, dazu ein Brötchen, Karottensalat, Joghurt mit Heidelbeeren S GL GL1 GL3 ML SL (2,3,7)	Mediterraner Nudelaufbau <input type="checkbox"/> dazu Karottensalat, Joghurt mit Heidelbeeren GL GL1 ML (2,7)	2 Hähnchen-oberkeulen <input type="checkbox"/> in feiner Rotweinsauce, Salzkartoffeln, Dessert G	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 19.06.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST bis SALATTLELLER <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schlemmerfilet <input type="checkbox"/> (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Auflage, Gemüsemix, Rahmkartoffeln, Dessert F GL1 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, Mais, 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 20.06.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und KLASSIKER <input type="checkbox"/>	---->	---->	Paprikaschote <input type="checkbox"/> mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensauce, dazu Langkornreis, Dessert GL GL1 EI S	Sauerkraut-Kasseler-Pfanne <input type="checkbox"/> mit Kartoffeln, dazu ein Pudding S GL1 ML (5)	<input type="checkbox"/>	Nachtisch Vanillepudding <input type="checkbox"/> ML 1,25 €	Kartoffel-Hähnchen-Gratin <input type="checkbox"/> G GL1 ML SL
SO 21.06.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und KLASSIKER <input type="checkbox"/>	---->	---->	Schweine-medallions <input type="checkbox"/> In feiner Rahmsauce mit Apfelrotkohl und Spätzle, Dessert S GL GL1 EI ML	Geflügelfrikadelle <input type="checkbox"/> mit einer Sauce, Blumenkohlrischen und Salzkartoffeln G GL1 ML	<input type="checkbox"/>	Nachtisch Apfelkompott <input type="checkbox"/> 1,25 €	Schweinerbraten <input type="checkbox"/> mit Sauce, Erbsengemüse 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: 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.

