



# EINFACH LECKER

	KALT MENÜ	SALATTELLER
	9,00 €	9,00 €
MO 06.03.	<b>Sülze</b> mit Altdeutschen Kartoffelsalat, rote Zwiebeln und Remoulade C / KH 37,3 (4,6) <input type="checkbox"/>	Kein Angebot <input type="checkbox"/>
DI 07.03.	Kein Angebot <input type="checkbox"/>	<b>Salat „Thunfisch“</b> mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt-Dressing und 1 Brötchen C D G / KH 9 <input type="checkbox"/>
MI 08.03.	<b>Sülze</b> mit Altdeutschen Kartoffelsalat, rote Zwiebeln und Remoulade C / KH 37,3 (4,6) <input type="checkbox"/>	Kein Angebot <input type="checkbox"/>
DO 09.03.	Kein Angebot <input type="checkbox"/>	<b>Salat „Thunfisch“</b> mit Zwiebeln, Rettich, Gurken, Tomaten, bunte Salatmischung und Ei, dazu Joghurt-Dressing und 1 Brötchen C D G / KH 9 <input type="checkbox"/>
FR 10.03.	<b>Geflügelfrikadelle</b> mit Altdeutschen Kartoffelsalat, dazu Senf Aa C G J / KH 34,5 (6) <input type="checkbox"/>	Kein Angebot <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

MO	<input type="checkbox"/>
DI	<input type="checkbox"/>
MI	<input type="checkbox"/>
DO	<input type="checkbox"/>
FR	<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 10 | 06.03. - 12.03.2023**

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
	9,90 €	9,90 €	9,90 €	12,15 €	11,45 € (gelb)	9,00 € (silber)	9,80 € (rot)	9,80 € (grün)
MO 06.03.	<b>Schweinefilet</b> ★ <input type="checkbox"/> (gebraten) mit Pfeffersauce, Brokkoli-Blumenkohlgemüse, Kartoffelwedges, Dessert Aa Ac F G (6)	<b>Hühnersuppentopf</b> <input type="checkbox"/> mit buntem Gemüse und Muschelnudeln, Beilagensalat, dazu 1 Brötchen, Dessert Aa Ab C F G I J L (1,6,10)	<b>Allgäuer-Käse-Spätzle</b> <input type="checkbox"/> mit mariniertem Feldsalat, Dessert Aa C G (1)	<b>Klopse „Königsberger Art“</b> ★ <input type="checkbox"/> dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 47	<b>Sauerbraten</b> <input type="checkbox"/> In Bratensauce, Erbsen, Kartoffeln, Dessert Aa G I / KH 52,6 (6)	<b>Pichelsteiner Gemüseintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Schweinefleisch, Weißkohl, Kartoffelwürfel, Dessert Aa I / KH 30,2 (6)	<b>Hähnchen-Crossis</b> <input type="checkbox"/> mit buntem Gemüse und Püree, Dessert Aa G I / KH 84,5 (9)	<b>Vollkornnudeln</b> <input type="checkbox"/> mit Käse-Sahnesauce, Dessert Aa G I / KH 77,3
DI 07.03.	<b>Rinder-Geschnetzeltes</b> <input type="checkbox"/> „Züricher Art“ mit Brokkoli, Salzkartoffeln, Dessert Aa G	<b>Kasselersteak</b> <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce, Grillgemüse, Gabelspaghetti, Dessert Aa C G (2,6,7)	<b>Gemüsetortilla</b> <input type="checkbox"/> mit Kräuterschmand, Kartoffeln, Tomatensalat, Dessert C G (2)	<b>Bunter Fischtopf</b> <input type="checkbox"/> Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln, Dessert A Aa D G I J / KH 46,0	<b>Bauernbratwurst</b> <input type="checkbox"/> auf Weißkohlgemüse, Zwiebelpüree, Dessert Aa G I J / KH 28,9 (2,3,6)	<b>Germknödel</b> <input type="checkbox"/> mit Pflaumenfüllung und Vanillesauce, Dessert Aa G / KH 111,9	<b>Seelachsfilet</b> <input type="checkbox"/> (paniert) mit Kräutersauce, Reis, dazu Rote Bete Salat Aa D G I / KH 45,2 (4,5)	<b>Gemüsecurry</b> <input type="checkbox"/> mit Erbsen, Karotten, Paprika und Brokkoli, Kartoffelpüree, Dessert Aa G I / KH 60,1
MI 08.03.	<b>Eierpfannkuchen</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Apfelsmus, Beilagensalat, Marmorkuchen Aa C G I J L (1,6,10)	<b>Grünkohl</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Bregenwurst, Salzkartoffeln, Dessert Ad G J (2,6)	<b>Camembert</b> <input type="checkbox"/> (gebacken) mit Preiselbeeren, Salatbellage, Baguette, Dessert Aa Ab C G I J L (1,6,10)	<b>Klopse „Königsberger Art“</b> ★ <input type="checkbox"/> dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 47	<b>½ Hähnchen</b> ★ <input type="checkbox"/> dazu Krautsalat und Baguette Aa I / KH 11,1 (4,6)	<b>Nudelsuppentopf</b> <input type="checkbox"/> mit Hühnerfleisch, Gemüse und Elerstich, dazu 1 Brötchen Aa C G I / KH 62,8	<b>Geflügelfrikadellen</b> <input type="checkbox"/> In Geflügelrahmsauce, Kohlrabigemüse, Salzkartoffeln Aa G I / KH 54,9 (6)	<b>Apfelstrudel</b> <input type="checkbox"/> mit Rosinen und Vanillesauce, Dessert Aa I / KH 101,8
DO 09.03.	<b>Linsensuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Kasselereinlage, dazu 1 Brötchen, Apfel-Möhrensalat, Dessert Aa Ab G I (2,6,7,8)	<b>Putensteak</b> <input type="checkbox"/> mit Pfirsich und Käse überbacken, Geflügelsauce, Leipziger Allerlei, Kartoffeln, Dessert G (1)	<b>Buntes Gemüsecurry</b> <input type="checkbox"/> mit Basmatireis, Apfel-Möhrensalat, Dessert Aa F G Hd (8)	<b>Bunter Fischtopf</b> <input type="checkbox"/> Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln, Dessert A Aa D G I J / KH 46,0	<b>Thüringer Schüsselsülze</b> <input type="checkbox"/> mit Remouladensauce, Bratkartoffeln, Dessert C G J / KH 57,4 (3,4,6)	<b>Krautfleisch</b> <input type="checkbox"/> Gehacktes mit Weißkohl, Salzkartoffeln, Dessert Aa I / KH 44,1 (6)	<b>Curry-Putengeschnetzeltes</b> <input type="checkbox"/> mit Ananas und Pfirsichstücken, Basmatireis, Dessert Aa G I / KH 70,9	<b>Eieromelette</b> <input type="checkbox"/> mit Rahmspinat und Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 39,5 (6)
FR 10.03.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET; EXTRA, MENÜ 1-3 und KALT MENÜ <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	<b>Klopse „Königsberger Art“</b> ★ <input type="checkbox"/> dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 47	<b>Scholle</b> <input type="checkbox"/> (gedünstet) mit Paprika-Kräutersauce, Brokkoli, Reis, Dessert Aa D G I / KH 68,0 (5)	<b>Möhren-Kohlrabi-Eintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Kartoffelwürfel und Petersilie, dazu 1 Vollkornbrot Aa I / KH 47,8 (6)	<b>Schweinegulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Möhrengemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa G I / KH 44,6 (6)	<b>Gemüselasagne</b> <input type="checkbox"/> mit Kräutersauce und Käse überbacken, Dessert Aa C G I / KH 52,6
SA 11.03.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 2-3 <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	<b>Leberkäse</b> <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Kalsergemüse, Püree, Dessert Aa C F G I / KH 74 (3,6,7)	Kein Angebot <input type="checkbox"/>	<b>Rindfleischsuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Gemüse und Kartoffelwürfel, Dessert Aa C F G I / KH 14,1 (6)	<b>Gefüllte Zucchini</b> <input type="checkbox"/> mit Béchamelsauce, Kartoffelpüree, Dessert Aa G I / KH 62,6
SO 12.03.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 2-3 <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	<b>Rindergulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Leipziger Allerlei, Thüringer Klöße, Dessert Aa I / KH 54,1	Kein Angebot <input type="checkbox"/>	<b>Hähnchenbrust</b> <input type="checkbox"/> (natur) In Geflügelcremesauce, Butterbohnen, Reis, Dessert Aa G I / KH 52,9	<b>Eierkuchen</b> <input type="checkbox"/> mit warmen Apfelstücken, Dessert Aa C G / KH 81,7

AUSLIEFERUNGS-ZUSCHLAG AN WOCHEENDEN 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 – lexible Bezahlmöglichkeiten

