



EINFACH LECKER

MENÜ 4 (FLEISCHLOS)

9,30 € (grün)

KALTMENÜ

8,90 €

MO 15.08.	Vegetarische Paprikaschote mit Tomatensauce, Reis, Dessert Aa C F I J / KH 88,6	<input type="checkbox"/>	Schweineschnitzel <input type="checkbox"/> (paniert) mit Kartoffelsalat, Salatgarnitur, Senf Aa C J / KH 61,9 (2,4)	<input type="checkbox"/>
DI 16.08.	Möhreneintopf mit Petersille und Kartoffeln, dazu 1 Brötchen, Dessert Aa F I / KH 71,8 (6)	<input type="checkbox"/>	Wurstsalat <input type="checkbox"/> „Schweizer Art“ mit Emmentaler, Gewürzgurken, Zwiebeln, dazu 1 Brötchen und Butter Aa G J / KH 35,9 (1,2)	<input type="checkbox"/>
MI 17.08.	Blumenkohl im Backteig dazu Salzkartoffeln, Cocktail-Dip, Dessert Aa C G J / KH 111,2 (6)	<input type="checkbox"/>	Fruchtpokal „Sylt“ <input type="checkbox"/> Sahnequark mit Beerencocktail und Vanillesauce G / KH 111,1 (1)	<input type="checkbox"/>
DO 18.08.	Gemüsefrikadelle (Kürbis-Steckerhube) mit Sesamkartoffeln, Kräuter-Dip Aa G K / KH 46,3 (6)	<input type="checkbox"/>	Heringssalat mit roter Bete, Äpfeln, Zwiebeln, Gurken, dazu 1 Brötchen und Butter Aa C D G I J / KH 51,3 (5)	<input type="checkbox"/>
FR 19.08.	Camembert (gebacken) mit Preiselbeer-Rahmsauce, Basmatireis Aa G I / KH 83,0	<input type="checkbox"/>	Krabbencocktail <input type="checkbox"/> mit Champignons und Spargel, dazu 1 Brötchen und Butter Aa B C G J / KH 20,1 (2)	<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

SALATTELLER

8,80 €

MO 15.08.	„Sweet-Dreams“ <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 16.08.	„Sweet-Dreams“ <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 17.08.	„Sweet-Dreams“ <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 18.08.	„Sweet-Dreams“ <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 19.08.	„Sweet-Dreams“ <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.

Bitte geben Sie Ihre Bestellung für die KW 33 bis Freitag, den 05.08.2022 ab.

Um- oder Abbestellungen sind werktags bis 10:00 Uhr des Vortages möglich.

Änderungswünsche für das Wochenende nehmen wir bis Donnerstag 13:00 Uhr entgegen!



Träger: Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit Braunschweig mbH

Saarbrückener Straße 50
38116 Braunschweig
Tel.: 0531 - 480 79 37
E-Mail: ear@paritaetischer-bs.de
www.paritaetischer-bs.de



BESTELL-HOTLINE
Tel.: 0531 - 480 79 37

MENÜKARTE

KW 33 | 15.08. - 21.08.2022

Lecker und frisch für Sie auf den Tisch!





IHRE MENÜAUSWAHL – KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE – KULINARISCHER GENUSS

	MENSA 1	MENSA 2	MENSA 3	GOURMET	EXTRA MENÜ	MENÜ 1	MENÜ 2	MENÜ 3
	9,65 €	9,65 €	9,65 €	11,30 €	10,95 € (gelb)	8,50 € (silber)	9,30 € (rot)	9,30 € (schwarz)
MO 15.08.	Hackfleisch-Lauch Eintopf mit Baguette, Beilagensalat, Dessert A Aa Ab C G I J L (1,2,6,10)	Zartweizen mit Kräutern, Gemüse und würziger Tomatensauce, Dessert A Aa G (2,6)	Lammhacksteak mit Joghurt-Quark-Dip, dazu Bulgur und Blumenkohl, Dessert A Aa C G	Ente asiatisch ★ in pikanter süß-saurer Sauce mit Thal-Reis, Dessert F / KH 85,0 A Aa G I	Geflügelroulade mit Sauce Hollandaise, Brokkoli, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I J / KH 39,3 (6)	Geflügelhack-Bällchen auf Rahmkohlrabi, Kartoffelpüree Aa C G I J / KH 53,7	Bratwurst auf Sauerkraut, Salzkartoffeln, Senf G I J / KH 61,1 (2,6,7)	Käselauchsuppe mit Hackfleisch, Schmelzkäse, dazu 1 Brötchen, Dessert Aa G I / KH 62,0 (1,2)
DI 16.08.	Quinoa-Eintopf mit Baguette, Beilagensalat, Dessert A Aa Ab C F G I J L (1,6,10)	Schweine-Geschnetzeltes „Gyros Art“ mit Tzaziki, Kartoffeln, Krautsalat, Dessert F G (4)	Bulgurpfanne mit Wildkräutern und Kräuterjoghurt, Dessert A Aa F G (6)	Lachsfilet ➔ (gedünstet) in Gurken-Rahmsauce, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert A Aa G I	Schweinefilet mit Champignonrahmsauce, Röstitaler, gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C F G I J / KH 50,0	Spaghetti „Carbonara“ Vollkornspaghetti mit feiner Käse-Sahnesauce und Schinkenwürfeln Aa F G I / KH 90,8 (2)	Backfischhappen ➔ mit Kartoffelsalat (kalt/extra verpackt), Ketchup, Dessert Aa C D F G I J / KH 59,9 (4,5)	Frikadelle „Puszta Art“ mit Paprikasauce, Kartoffelpüree Aa C G I / KH 60,2
MI 17.08.	Rote Linsen-Kokos-Currysuppe mit Baguette, Beilagensalat, Dessert A Aa Ab C G I J L (1,6,10)	Falafelbällchen mit Ofengemüse, Kräutersauerrahm, Dessert A Aa G I L (1,6,10)	Hähnchen Cordon Bleu mit Bratensauce, Kaisergemüse und Kartoffeln, Dessert A G (1,2,6,7)	Ente asiatisch ★ in pikanter süß-saurer Sauce mit Thal-Reis, Dessert F / KH 85,0 A Aa G I	Schlemmerfilet „italiano“ ➔ Fischfilet mit Tomatenwürfeln und Zwiebeln, Salzkartoffeln, Elsbergssalat/Dressing, Dessert Aa C D G J / KH 54,7 (5,6)	Senf-Eier ★ gekochte Eier in Senfsauce, Petersilienkartoffeln, Elsbergssalat/Dressing Aa C G I J / KH 43,2 (6)	Geschnetzeltes „Art Stroganoff“ mit Gewürzgerken und Champignons, dazu Senfrahmsauce, Salzkartoffeln Aa F G I J / KH 47,3 (6)	Milchreis ★ mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus G / KH 172,1
DO 18.08.	Kohlrabi-Mett-Eintopf mit Baguette, Beilagensalat, Dessert A Aa Ab C G I J L (1,6,10)	Rinder-Geschnetzeltes „Stroganoff Art“ mit Spätzle, Brokkoli, Dessert A Aa C G J (4,6)	Kichererbsen-Bohnenpfanne mit Paprika, Zucchini, Aubergine und Kartoffeln, Dessert A Aa G	Lachsfilet ➔ (gedünstet) in Gurken-Rahmsauce, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert A Aa G I	Schweineschnitzel überbacken mit Tomate-Mozzarella, Tomatenreis, Elsbergssalat/Dressing, Dessert Aa C F G J / KH 86,9	Hähnchenstreifen in Käsecremesauce, dazu buntes Gemüseisotto Aa F G I / KH 77,5	Fleischkäse in Sauce, Blumenkohl und Salzkartoffeln Aa G I / KH 43,8 (2,6)	Szegediner Gulasch mit Paprika u. Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert Aa F G I / KH 45,3 (2)
FR 19.08.	Hühnersuppen-Eintopf mit Nudeln, dazu Baguette, Beilagensalat, Obstsalat A Aa Ab C G I J L (1,6,8,10)	Seelachsfilet ➔ In Clabattepanade mit Remoulade, bunter Kartoffelsalat, Obstsalat A Aa C D G J (4,6,8)	Nudelpfanne mit buntem Gemüse und Ruccola, Obstsalat A Aa (6,8)	Ente asiatisch ★ in pikanter süß-saurer Sauce mit Thal-Reis, Dessert F / KH 85,0 A Aa G I	Thüringer Rostbrätel ★ Nackensteak mit Zwiebeln, Bratkartoffeln, Elsbergssalat/Dressing, Dessert Ac C G J L / KH 64,8 (6)	Jägerschnitzel (paniert) mit Sauce, Kartoffeln, Krautsalat in saurer Sahne Aa G I / KH 67,1 (2,4,6)	Nudelplatte „Verona“ mit Käsetortellini in Gorgonzolasauce & Penne Nudeln in Tomatensauce, Dessert Aa C F G I / KH 161,7	Seelachsfilet ➔ auf Blattspinat, Salzkartoffeln Aa D G I / KH 46,8 (5,6)
SA 20.08.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3	➔➔➔➔➔	➔➔➔➔➔	➔➔➔➔➔	Sauerbraten ★ (Rind) mit Sauce, Apfelrotkohl, Kartoffelköße, Dessert Aa F I / KH 68,3 (4)	Gemüse-Maultaschen mit Kräuterrahmsauce, gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 69,1	Mettbällchen auf Karottengemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I J / KH 67,3 (6)	Erbseintopf mit Wiener Würstchen, Speck, Zwiebeln, dazu 1 Brötchen, Dessert Aa F G I J / KH 88,6 (2,6)
SO 21.08.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3	➔➔➔➔➔	➔➔➔➔➔	➔➔➔➔➔	Rinderroulade ★ mit deftiger Sauce, Rosenkohl, Salzkartoffeln, Dessert Aa I J / KH 64,0 (6)	Zucchini mit Gemüsefüllung und Mozzarella überbacken, Tomatensauce, Butterreis, Dessert Aa C F G I / KH 83,7	Schweinebraten ★ mit Bratensauce, Schwarzwurzelgemüse, Petersilienkartoffeln, Dessert Aa G I / KH 54,7 (6)	Kasselerlachs ★ mit Bratensauce, Schwarzwurzelgemüse, Petersilienkartoffeln, Dessert Aa F G I / KH 54,4 (3,6)

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.