



# EINFACH LECKER

## MENÜ 4 (FLEISCHLOS)

9,30 € (grün)

## KALTMENÜ

8,90 €

MO 19.09.	<b>Grüne Tortellini</b>  <input type="checkbox"/> mit Käsefüllung, dazu Rahmsauce mit Karotten-Selleriestreifen, Dessert Aa C G I / KH 82,9	<b>Bayrischer Wurstsalat</b> <input type="checkbox"/> mit Fleischsalat, Zwiebeln und Gewürzgurke, dazu 1 Laugenstange Aa G I J / KH 55,9 (1,2,6)
DI 20.09.	<b>Gemüse-Köttbullar</b>  <input type="checkbox"/> mit fruchtiger Paprikasauce, Vollkornreis Aa C I / KH 81,9	<b>Heringsfilet</b>  <input type="checkbox"/> In pikanter Tunke aus Äpfeln, Gurken, Zwiebeln, dazu 1 Brötchen und Butter Aa C D G J / KH 48,3 (5)
MI 21.09.	<b>Gnocchipfanne</b>  <input type="checkbox"/> mit feinen Gemüwestreifen (Karotten, Lauch, Sellerie) in Käsesahnesauce Aa C G I / KH 95,5 (1,2)	<b>Bayrischer Wurstsalat</b> <input type="checkbox"/> mit Fleischsalat, Zwiebeln und Gewürzgurke, dazu 1 Laugenstange Aa G I J / KH 55,9 (1,2,6)
DO 22.09.	<b>Kleine Hefeklöße</b>  <input type="checkbox"/> (natur) mit warmer Vanillesauce Aa C F G / KH 82,6 (8)	<b>Schweineschnitzel</b> <input type="checkbox"/> (paniert) mit Kartoffelsalat, Salatgarnitur, Senf Aa C J / KH 48,5 (2,4)
FR 23.09.	<b>Rührei</b>  <input type="checkbox"/> mit Rahmspinat, Bratkartoffeln, Dessert Aa C F G I / KH 69,2 (6)	<b>Bayrischer Wurstsalat</b> <input type="checkbox"/> mit Fleischsalat, Zwiebeln und Gewürzgurke, dazu 1 Laugenstange Aa G I J / KH 55,9 (1,2,6)

### 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 19.09.	<b>Salat „Caesar“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1
DI 20.09.	<b>Salat „Caesar“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1
MI 21.09.	<b>Salat „Caesar“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1
DO 22.09.	<b>Salat „Caesar“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1
FR 23.09.	<b>Salat „Caesar“</b> <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen, Croûtons, Parmesan, Salat der Saison, American Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 59,1

### 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 38 | 19.09. - 25.09.2022**

Lecker und frisch  
für Sie auf den Tisch!







# IHRE MENÜAUSWAHL – KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE – KULINARISCHER GENUSS

	ALLERLEI	GUT BÜRGERLICH	VEGETARISCH	GOURMET	BAYRISCHE WOCHE	MENÜ 1	MENÜ 2	MENÜ 3
	9,65 €	9,65 €	9,65 €	11,90 €	11,95 € (gelb)	8,50 € (silber)	9,30 € (rot)	9,30 € (schwarz)
MO 19.09.	<b>Bauernfrikadelle</b> <input type="checkbox"/> mit Zwiebelsauce, Romanomix, Kartoffelpüree, Dessert Aa Ac C G (1)	<b>Kartoffelpfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Gemüse und Pilzen in Sahnesauce, Beilagensalat, Dessert C G I J L (1,6,10)	<b>Dal-Indische Linsensuppe</b> <input type="checkbox"/> dazu Baguette, Beilagensalat, Dessert Aa Ab C G I J L (1,6,10)	<b>Kasseler Braten</b> ★ <input type="checkbox"/> in Bratensaft, Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert G I	<b>3 Weißwürste</b> ★ <input type="checkbox"/> auf Bayrisch Kraut, Kartoffeln, süßer Senf, 1 Laugenstange, 1 Hefewelzen alkoholfrei, Dessert Aa C F G I J L / KH 120,3 (2,6)	<b>Hühnersuppentopf</b> <input type="checkbox"/> mit Gemüse- und Nudelnlage, dazu 1 Brötchen, Dessert Aa I / KH 48,5	<b>Szegediner Gulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Paprika und Sauerkraut, Kartoffelpüree Aa F G I / KH 45,3 (3)	<b>Gehacktes Klößchen</b> <input type="checkbox"/> auf Schwarzwurzelgemüse, Salzkartoffeln Aa C G I J / KH 59,4 (6)
DI 20.09.	<b>Eierkuchen</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Blaubeerfüllung und Vanillesauce, Gurkensalat, Dessert Aa C G	<b>Schweinefilet</b> ★ <input type="checkbox"/> auf Dijon-Senfauce mit Romanescogemüse, Butterspätzle, Dessert Aa C G J (1)	<b>Karotten-Sesam-Knusperschnitzel</b> <input type="checkbox"/> mit Sauce Hollandaise, Kräuterkartoffeln, Gurkensalat, Dessert Aa C G I K	<b>Lachsfilet</b> <input type="checkbox"/> (gedünstet) in Gurken-Rahmsauce, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert A Aa G I	<b>Gegrilltes Hintereisbein</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Sauerkraut, Kartoffelpüree, Senf, Dessert Aa G I J / KH 102,5 (3)	<b>Geschnetzeltes</b> ★ <input type="checkbox"/> „Stroganoff“ vom Schwein mit Gewürzgurken, Champignons, Senfrahmsauce, Spätzle Aa F G I J / KH 62,7	<b>Geflügelfrikadelle</b> <input type="checkbox"/> In Champignonrahmsauce, Erbsengemüse, Kartoffelpüree, Dessert Aa C G I / KH 70,4	<b>Schweineschnitzel</b> <input type="checkbox"/> (paniert) mit Sauce, dazu Möhregemüse, Salzkartoffeln Aa G I / KH 70,9 (6)
MI 21.09.	<b>Bauernfrühstück</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Gewürzgurke, Beilagensalat, Dessert C G I J L (1,2,4,6,7,10,11)	<b>Kaninchenkeule</b> <input type="checkbox"/> In Rotweinsauce, Wirsinggemüse, Semmelknödel, Beilagensalat, Dessert Aa C G I J L (1,6,10,11)	<b>Penne</b> <input type="checkbox"/> mit Linsenbolognese, Beilagensalat, Dessert Aa C G I J L (1,6,10,11)	<b>Kasseler Braten</b> ★ <input type="checkbox"/> in Bratensaft, Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert G I	<b>½ Hendl</b> ★ <input type="checkbox"/> dazu eine kleine Salatplatte (Kraut/Kartoffelsalat) und a Zwetschgndatschi C J / KH 28,2 (2,4)	<b>Bunter Gemüseeintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Wiener Würstchen und frischen Gartenkräutern, dazu 1 Brötchen, Dessert Aa F G I J / KH 59,0 (2,6)	<b>Putenfilet</b> <input type="checkbox"/> (gedünstet) mit Rahmsauce, Gemüse Mischung, Kartoffeln Aa G I / KH 58,8 (6)	<b>Spiralnudeln</b> <input type="checkbox"/> mit Rinderhacksauce und Tomatenwürfeln, Eisbergsalat/Dressing Aa C F G I J / KH 93,8
DO 22.09.	<b>Currywurst</b> ★ <input type="checkbox"/> mit pikanter Currysauce, Kartoffelsalat, Wachsbohnen Salat, Dessert Aa C G I J (2,4,6,7)	<b>Schweinebraten</b> <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Pfannengemüse & Kartoffeln, Dessert Aa G J	<b>Tortellini-Spinat-Ricotta</b> <input type="checkbox"/> mit Käsesauce, Wachsbohnen Salat, Dessert Aa C G (1)	<b>Lachsfilet</b> <input type="checkbox"/> (gedünstet) in Gurken-Rahmsauce, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert A Aa G I	<b>Leberkäse</b> ★ <input type="checkbox"/> auf Sauerkraut, Zwiebelpüree, Senf, 1 Laugenstange, 1 Hefewelzen alkoholfrei, Dessert Aa G I J / KH 103,5 (2,3)	<b>Hähnchenbruststreifen</b> <input type="checkbox"/> mit Gemüsesahnesauce, dazu Farfalle-Nudeln, Dessert Aa F G I / KH 83,5	<b>Kohlroulade</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Speck-Zwiebel-Sauce, dazu Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I J / KH 53,9 (3,6)	<b>Fischfrikadellen</b> <input type="checkbox"/> mit warmen Kartoffelsalat, dazu Remouladensauce Aa C D G J L / KH 69,7 (2,4,5,6)
FR 23.09.	<b>Hähnchenbrustfilet</b> <input type="checkbox"/> in Knusperpanade mit Curry-Mangosauce, Brokkoli, Basmatireis, Dessert Aa G (6)	<b>Seelachsfilet</b> <input type="checkbox"/> (gebacken) mit Remoulade, hausgemachter Kartoffelsalat, Apfel-Möhrensalat, Dessert Aa C D G J (1,2,4,6,8)	<b>Gefüllte Paprikaschote</b> <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce, Basmatireis, Apfel-Möhrensalat, Dessert G (1,2,6,8)	<b>Kasseler Braten</b> ★ <input type="checkbox"/> in Bratensaft, Sauerkraut, Kartoffelpüree, Dessert G I	<b>Schweine-Krusten-Braten</b> ★ <input type="checkbox"/> in Schwarzbiersauce, Semmelknödel, Krautsalat, Apfel-Streuselkuchen Aa C G I / KH 134,1 (2,4,10)	<b>Bauernhacksteak</b> <input type="checkbox"/> mit Schinken, Käse & Röstzwiebeln, Speckbohnen, Kartoffelpüree Aa C G I / KH 60,9	<b>Cevapcici</b> <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce, Gemüserels, gemischter Salat/Dressing Aa C F G I J / KH 82,9	<b>Seelachsfilet</b> <input type="checkbox"/> (gedünstet) mit Kräuter-Senf-Sauce, Salzkartoffeln, gemischter Salat/Dressing Aa C D G I J / KH 55,8 (5,6)
SA 24.09.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3 <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	<b>Rinderbraten</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Sauce, Erbsengemüse, Spätzle, Dessert Aa C F I / KH 86,6	<b>Gemüse-Spätzle-Pfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Schnittlauchsauce, Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 66,5	<b>Feuriger Suppentopf</b> <input type="checkbox"/> (scharfer, mexikanischer Eintopf) mit Kidneybohnen, Rauchendenscheiben, Dessert I / KH 49,0 (2,3)	<b>Rahmgeschnetzeltes</b> <input type="checkbox"/> (Schwein) mit Sahnesauce, Nudeln, Bohnensalat, Dessert Aa F G I / KH 81,9
SO 25.09.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3 <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	<b>Entenkeule</b> ★ <input type="checkbox"/> mit deftiger Sauce, Rotkohlgemüse, Thüringer Klöße, Dessert Aa F I / KH 68,8 (2,4)	<b>Vegetarisches Gyros</b> <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce, Butterreis, Dessert Aa C F G I J / KH 73,6	<b>Kasseler Braten</b> <input type="checkbox"/> mit Sauce, Mischgemüse, Kartoffelpüree, Dessert Aa G I / KH 40,6 (3)	<b>Putensteak</b> <input type="checkbox"/> mit Rahmsauce, Mischgemüse, Kartoffelpüree, Dessert Aa G I / KH 46,2

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 – lexible Bezahlmöglichkeiten

