



# EINFACH LECKER

	DESSERT 1,25 €	KALTMENÜ 10,30 €
MO 04.11.	<b>Apfelmus mit Vanillesauce</b> G (6) <input type="checkbox"/>	<b>Fischfilet</b> <input type="checkbox"/> (paniert) dazu Kartoffelsalat mit Mayonnase und Garnitur Aa C D G I
DI 05.11.	<b>Latte Macchiato Pudding</b> G <input type="checkbox"/>	<b>Italienischer Nudelsalat</b> <input type="checkbox"/> mit Oliven, Kochschinken und Garnitur Aa C G I S
MI 06.11.	<b>Quark Dessert Heidelbeere</b> G <input type="checkbox"/>	<b>Schweineschnitzel</b> <input type="checkbox"/> dazu Kartoffel-Gurkensalat mit Essig und Öl und Garnitur Aa C S
DO 07.11.	<b>Nuss Nougat Pudding mit Sahne</b> F G Ha Hb <input type="checkbox"/>	<b>Heringsdillhappen</b> <input type="checkbox"/> mit Garnitur, dazu Mischbrot und Butter Aa Ac C D F G
FR 08.11.	<b>Pfirsich Maracuja Joghurt</b> G <input type="checkbox"/>	<b>Party-Wiener</b> <input type="checkbox"/> dazu bunter Kartoffelsalat mit Mayonnase und Garnitur C G I J S (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 10,30 €	Zeichenerklärung:
MO 04.11.	<b>„Diplomatensalat“</b> <input type="checkbox"/> Blattsalat, Tomate, Käse, Champignons, Schinken, Ei, dazu Frenchdressing Aa Ab C G I S	★ = sehr beliebt = vegetarisch = Fischgericht
DI 05.11.	<b>Salat „Maharani“</b> <input type="checkbox"/> Eisbergsalat, Romana, Mango, Kirschtomaten, Hähnchenbruststreifen, dazu Currydressing I J	* = 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
MI 06.11.	<b>Portugiesischer Salat</b> <input type="checkbox"/> Gemischter Salat mit Thunfisch, Tomate, Zwiebeln, dazu American-Dressing C D G I	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
DO 07.11.	<b>Salat „Tropika“</b> <input type="checkbox"/> Blattsalat, Kiwi, Ananas, Birnen, Mandarinen, dazu Joghurt-Zitronendressing G	KJ = Kilojoule Kcal. = Kilokalorien g. Fetts. = gesättigte Fettsäuren KH = Kohlenhydrate Z = Zucker E = Eiweiß S = Salz Angaben in Gramm (g)
FR 08.11.	<b>Griechischer Salat</b> <input type="checkbox"/> Weißkraut, Paprika, Olive, Gurke, Tomaten, Peperoni, Hirtenkäse, dazu Balsamicodressing G J	Kohlenhydrat-Berechnung (KH) und Nährwertangaben beziehen sich auf das Menü ohne Dessert.

Bitte geben Sie Ihre Bestellung für die KW 45 bis Freitag, den 25.10.2024 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

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



**BESTELL-HOTLINE**  
Tel.: 0531 - 480 79 37

# MENÜKARTE

**KW 45 | 04.11. - 10.11.2024**

Lecker und frisch für Sie auf den Tisch!





# IHRE MENÜAUSWAHL – KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE – KULINARISCHER GENUSS

	MENSA 1	MENSA 2	MENSA 3	GOURMET	LEICHTE KOST	EINTOPF	VEGETARISCH	KLASSIKER
	10,20 €	10,20 €	10,20 €	12,45 €	10,60 €	9,95 €	10,90 €	11,30 €
MO 04.11.	<b>Käsespätzle</b> <input type="checkbox"/> mit mariniertem Feldsalat, Dessert A Aa C G (1)	<b>Karotten- Kürbissuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Brötchen, dazu grüner Bohnensalat, Dessert A Aa Ab G J	<b>Gemüse- Knusper-Ringe</b> <input type="checkbox"/> mit Ratatouille-Gemüse und Kartoffeln, Dessert A Aa G I (6)	<b>Grünkohl</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	<b>Pikante Hähnchen- Paprikapfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Reis Aa G (1)	<b>Möhren- Kartoffeleintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Schweinefleischwürfel und frischen Kräutern Aa Ab I S (1)	<b>Eier-Gemüse- Frikassee</b> <input type="checkbox"/> mit Kartoffeln Aa C G (1,6)	<b>Rindergulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Mischgemüse und Kartoffeln Aa G (1)
DI 05.11.	<b>Spaghetti</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Bolognesesauce (Schwein), dazu Bellagensalat, Dessert A Aa C G H Ha I J L (1,6)	<b>Provenzalisches Rindfleisch</b> <input type="checkbox"/> mit Röstitaler, dazu Bellagensalat, Dessert A Aa C F G I J L (1,3,6,8)	<b>Schnitzel</b> <input type="checkbox"/> aus Erbsenprotein mit Paprikagemüse und Salzkartoffeln, dazu Bellagensalat, Dessert A Aa C G H Ha I J L (1,6)	<b>Mini-Frikadellen</b> ★ <input type="checkbox"/> vom Rind und Schwein in Zwiebelsauce, bayrisches Weißkohl-Gemüse, Stampfkartoffeln, Dessert Aa C G I J / 45,0	<b>Hähnchenbrust</b> <input type="checkbox"/> mit einer Rahmsauce, Erbsen und Kartoffeln Aa G (1)	<b>Käselauchsuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Gehacktes und Kräutern, dazu Obst Aa G S (1,6)	<b>Tortellini</b> <input type="checkbox"/> mit Käsefüllung in einer Tomatensauce, dazu Obst Aa G (1)	<b>Hackbraten</b> <input type="checkbox"/> mit Sauce, Erbsen und Kartoffeln Aa C G S (1)
MI 06.11.	<b>Putengulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Champignons und Kräutern, dazu Romanomix, grüne Bandnudeln, Dessert A Aa G (2)	<b>Kartoffelstampf mit Gedöns</b> <input type="checkbox"/> Bauchspeck, Tomaten und Gemüse, dazu Bellagensalat, Dessert C G I J L (1,2,6)	<b>Kichererbsen- Curry</b> <input type="checkbox"/> mit Basmatireis, dazu Bellagensalat, Dessert C G I J L (1,6)	<b>Grünkohl</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	<b>Maultaschen</b> <input type="checkbox"/> mit Fleisch-Spinatfüllung, Tomaten-Käsesauce, dazu Apfelmus Aa C G S (1)	<b>Hochzeitsuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Reis, Spargelstücken, Möhren, Lauch und Elerstich Aa C G (1)	<b>Milchreis</b> <input type="checkbox"/> mit Zimt und Zucker, dazu Apfelmus Aa C G (6)	<b>Geflügelfrikadelle</b> <input type="checkbox"/> mit Sauce, Erbsengemüse und Kartoffelpüree Aa G (1)
DO 07.11.	<b>Rösti</b> <input type="checkbox"/> mit Pilzragout, dazu Wildkräutersalat, Dessert G J	<b>Fischnuggets im Backteig</b> <input type="checkbox"/> mit Remouladensauce, Kartoffeln und Erbsen, Dessert A Aa C D G J (1,4,6)	<b>Hausgemachte Pasta</b> <input type="checkbox"/> mit Käsesauce, dazu Tomatensalat, Dessert A Aa G (1,2)	<b>Mini-Frikadellen</b> ★ <input type="checkbox"/> vom Rind und Schwein in Zwiebelsauce, bayrisches Weißkohl-Gemüse, Stampfkartoffeln, Dessert Aa C G I J / 45,0	<b>Kräuterfisch</b> <input type="checkbox"/> mit einer Zitronenrahmsauce, Kartoffeln, dazu Pudding Aa C D G (1)	<b>Italienischer Nudeltopf</b> <input type="checkbox"/> mit Käsetortellini in einer Tomaten-Gemüsesauce, dazu Pudding Aa Ab G I (1)	<b>Senfeier</b> <input type="checkbox"/> mit Kartoffeln, dazu Pudding Aa G	<b>Panierte Putenbrust</b> <input type="checkbox"/> gebraten mit Geflügelsauce, Mischgemüse und Kartoffeln Aa C G (1)
FR 08.11.	<b>Erbseneintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Brötchen, Bellagensalat, Marmorkuchen A Aa Ab C G I J L (1,2,6)	<b>Kartoffelpuffer</b> <input type="checkbox"/> mit Apfelmus, dazu Bellagensalat, Marmorkuchen A Aa C G I J L (1,6)	<b>Thaicurry</b> <input type="checkbox"/> mit Tofu und Bohnen, Basmatireis, dazu Bellagensalat, Marmorkuchen A Aa C F G Hd I J L (1,6)	<b>Grünkohl</b> ★ <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	<b>Panierte Jagdwurstscheibe</b> <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce und Gabelspaghetti Aa C G I J S (2,6,7)	<b>Gulaschsuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Kartoffelwürfel, dazu Brot Aa S (1)	<b>Vegetarische Tortellinipfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Zwiebeln, Champignons und Bohnen Aa (1)	<b>Hähnchenkeule</b> <input type="checkbox"/> mit einer Geflügelsauce, Rotkraut und Kartoffeln Aa G (1,6)
SA 09.11.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot LEICHTE KOST, EINTOPF und DESSERT <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	<b>Nachtisch Vanillepudding</b> <input type="checkbox"/> G 1,25 €	<b>Putengulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Rotkraut und Kartoffeln Aa (6)	<b>Blumenkohleintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Suppenklößchen Aa Ac G I S (1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SO 10.11.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot LEICHTE KOST, KLASSIKER und DESSERT <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	<b>Nachtisch Apfelkompott</b> <input type="checkbox"/> G 1,25 €	<b>Gemüse- Hähnchenpfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Kartoffeln Aa G (1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<b>Zwiebel- leberpfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Kartoffelpüree Aa G S

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

