



EINFACH LECKER

MENÜ 4 (FLEISCHLOS)

9,80 € (grün)

KALTMENÜ

9,00 €

MO 13.11.	Mediterranes Gemüse In rahmiger Tomatencreme, Champignons, Paprika, Zucchini, Möhren, dazu grüne Bandnudeln Aa F G I / KH 81,8	<input type="checkbox"/>	Gyros-Braten (gegrillt) auf Krautsalat, dazu 1 Brötchen und Butter Aa G J / KH 65,4 (2,4)	<input type="checkbox"/>
DI 14.11.	Gemüsebratling mit Schnittlauchsauce, dazu Vollkornreis, Dessert Aa G I / KH 57,9	<input type="checkbox"/>	Geflügelsalat mit Spargelstücken, Ananas, Champignons, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 41,6	<input type="checkbox"/>
MI 15.11.	Penne-Nudeln In Gemüse-Sahne-Sauce, Elsberg Salat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 93,0	<input type="checkbox"/>	Schweineschnitzel (paniert) mit Kartoffelsalat, Salatgarnitur, Senf Aa C J / KH 48,5 (2,4)	<input type="checkbox"/>
DO 16.11.	Rührei auf Rahmspinat, Kartoffelpüree Aa C F G I / KH 44,9	<input type="checkbox"/>	Quarkpokal „Birne Helene“ Schokoquark mit Birnen, überzogen mit Vanillesauce G / KH 102,2	<input type="checkbox"/>
FR 17.11.	Eierpfannkuchen mit warmen Kirschkompott Aa C G / KH 120,1	<input type="checkbox"/>	Hausmacher Sülze in Essig-/Öl-Dressing, Zwiebelringen, Kartoffelsalat C J / KH 33,0 (2,4)	<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

9,00 €

MO 13.11.	Winterzeit bis 31.03.2024	<input type="checkbox"/>
DI 14.11.	„Chefsalat“ gekochter Schinken, Goudawürfel, auf frischen Salaten der Saison, American-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 41,2 (1,2)	<input type="checkbox"/>
MI 15.11.	Winterzeit bis 31.03.2024	<input type="checkbox"/>
DO 16.11.	„Chefsalat“ gekochter Schinken, Goudawürfel, auf frischen Salaten der Saison, American-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G J / KH 41,2 (1,2)	<input type="checkbox"/>
FR 17.11.	Winterzeit bis 31.03.2024	<input type="checkbox"/>

Bitte geben Sie Ihre Bestellung für die KW 46 bis Freitag, den 03.11.2023 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

Zeichenerklärung:

★ = sehr beliebt

🌿 = vegetarisch

🐟 = Fischgericht

- * = enthält Zusatzstoffe
- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Natripökelsalz
- 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



ESSEN AUF RÄDERN

FRISCH GEKOCHT ZU HAUSE GENIEßEN!



BESTELL-HOTLINE
Tel.: 0531 - 480 79 37

MENÜKARTE

KW 46 | 13.11. - 19.11.2023

Lecker und frisch
für Sie auf den Tisch!



DER PARITÄTISCHE
BRAUNSCHWEIG



IHRE MENÜAUSWAHL – KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE – KULINARISCHER GENUSS

	ALLERLEI	GUT BÜRGERLICH	VEGETARISCH	GOURMET	HERBST-WOCHE	MENÜ 1	MENÜ 2	MENÜ 3
	9,90 €	9,90 €	9,90 €	12,15 €	13,45 € (gelb)	9,00 € (silber)	9,80 € (rot)	9,80 € (schwarz)
MO 13.11.	Gebratene Hähnchenkeule <input type="checkbox"/> mit Rosmarinjus, Leipziger Allerlei, Westernkartoffeln, Dessert Aa G	Fleischklöße „Jäger Art“ <input type="checkbox"/> mit Leipziger Allerlei, Kartoffeln, Dessert Aa C G J (2,6)	Spinat-Gnocchi <input type="checkbox"/> mit Tomaten in Sahnesauce, Tomatensalat, Dessert Aa C G (2)	Lachsfilet <input type="checkbox"/> (gedünstet) in Gurken-Rahmsauce, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert A Aa G I	Bauernbratwurst <input type="checkbox"/> im Ring auf Grünkohl, Bratkartoffeln, dazu Senf, Dessert Aa I J / KH 68,6 (2,3,6,7)	Möhren-Kohlrabi-Eintopf <input type="checkbox"/> dazu 1 Brötchen, Dessert Aa I / KH 57,2	Geflügelcevapcici <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce, dazu Gemüserels Aa C G I J / KH 90,8	Fleischkäse <input type="checkbox"/> mit Sauce, Apfelrotkohl, Kartoffelpüree, Dessert Aa G I / KH 46,9 (2,4)
DI 14.11.	Grießbrei <input type="checkbox"/> mit heißen Früchten, Bauernsalat, Marmorkuchen Aa C G (2,9)	Kartoffelaufauf <input type="checkbox"/> mit Blumenkohl & Brokkoli in Sahnesauce, Bauernsalat, Dessert G (1,2,9)	Soja-geschnetzeltes <input type="checkbox"/> mit Sombroergemüse & Reis, Dessert Aa D G I (2,6)	2 Hähnchen-oberkeulen <input type="checkbox"/> in feiner Rotweinsauce, Salzkartoffeln, Dessert A F I	Schweine-Krustenbraten <input type="checkbox"/> in Schwarzbiersauce, Thüringer Klöße, Krautsalat in Sauerrahm, 1 Kümmerling & Dessert Aa G I J L / KH 86,6 (3)	Grießbrei <input type="checkbox"/> mit Zucker und Zimt, dazu Pflirsichkompott Aa G / KH 98,0	Kleine Frikadellen <input type="checkbox"/> mit Champignonrahmsauce, Kartoffelpüree, Dessert Aa C G I J / KH 48,2	Chili con Carne <input type="checkbox"/> Rindfleisch mit roten Bohnen, dazu Butterreis Aa F I / KH 77,0
MI 15.11.	Schlesisches Himmelreich <input type="checkbox"/> Geräuchertes Bauchfleisch mit Backobstsauce, Kartoffelklöße, Möhren-Apfel-Salat, Dessert A G (2,6,8)	Schweinegulasch „Szegediner Art“ <input type="checkbox"/> mit Erbsen und Möhren, Kartoffelklöße, Dessert Aa G (2)	Pasta a la Norma <input type="checkbox"/> mit Rucola & veganem Parmesan, Möhren-Apfel-Salat, Dessert A G Hc (8)	Lachsfilet <input type="checkbox"/> (gedünstet) in Gurken-Rahmsauce, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert A Aa G I	Grünkohlplatte <input type="checkbox"/> Mettwurst, Kasseler, 2 kleinen Frikadelle auf Grünkohl, Bratkartoffeln, dazu Senf, 1 Stück Apfelkuchen Aa C I J / KH 71,5 (2,3,6)	Vegetarischer Kartoffeleintopf <input type="checkbox"/> mit feinem Gemüse, Dessert Aa F G I J / KH 45,4	Rostbratwurst <input type="checkbox"/> mit Sauerkraut, Salzkartoffeln, dazu Senf, Dessert Aa G I J / KH 40,7 (2,3,6,7)	Hähnchenschnitte „Cordon bleu“ <input type="checkbox"/> mit Schinken/Käse gefüllt, Sauce, Erbsengemüse, Salzkartoffeln Aa G I / KH 65,3 (6)
DO 16.11.	Erbseneintopf <input type="checkbox"/> mit Wiener Würstchen, dazu 1 Brötchen, Bellagensalat, Dessert Aa Ab C G I J L (1,2,6,7,10)	Grünkohl <input type="checkbox"/> mit Kasselerbraten, Salzkartoffeln, Dessert Aa Ad G J (2,6,7)	Spaghetti <input type="checkbox"/> mit Tomatenpesto, Bellagensalat, Dessert Aa C G Ha I J L (1,6)	2 Hähnchen-oberkeulen <input type="checkbox"/> in feiner Rotweinsauce, Salzkartoffeln, Dessert A F I	Gegrilltes Hintereisbein <input type="checkbox"/> (extra verpackt) mit Sauerkraut, Kartoffelpüree, dazu Senf, Dessert G I J / KH 44,4 (3)	Weckewerk <input type="checkbox"/> mit Salzkartoffeln, dazu Gewürzgurken, (getrennt verpackt) Aa / KH 51,4 (2,6)	Wurstgulasch <input type="checkbox"/> mit Butternudeln, dazu gemischter Salat/Dressing Aa C F G I J / KH 90,6 (2)	Bunte Reispfanne <input type="checkbox"/> mit verschiedenem Gemüse (Paprika, Tomaten, Bohnen) und Hähnchenbrustwürfel, Dessert F / KH 78,0
FR 17.11.	Hähnchenbrustfilet <input type="checkbox"/> In Knusperpanade mit Curry-Mangosauce, Brokkoli, Basmatireis, Dessert Aa G	Pikantes Wurstgulasch <input type="checkbox"/> mit Paprika, Nudeln, Wachsbruchbohnsalat, Dessert Aa F G J (2,6,7)	Bunter Gemüseeintopf <input type="checkbox"/> mit Graupen, dazu 1 Brötchen, Wachsbruchbohnsalat, Dessert Aa Ab Ac G	Lachsfilet <input type="checkbox"/> (gedünstet) in Gurken-Rahmsauce, Rahmspinat, Salzkartoffeln, Dessert A Aa G I	Schlachteplatte <input type="checkbox"/> Blutwurst, Leberwurst, 1 kleine Frikadelle, Weißfleisch auf Sauerkraut, Salzkartoffeln, Senf, 1 Stück Zwetschgenkuchen Aa C G I J / KH 51,2 (2,3,6)	Hackfleischpfanne <input type="checkbox"/> (Schwein) mit Mais, Möhren, Erbsen, Butterreis, Dessert Aa F I / KH 72,5	Schollenfilet <input type="checkbox"/> „Finkenwerder Art“ mit Speck und Zwiebeln, Salzkartoffeln, dazu Gurkensalat Aa D F I J / KH 77,7 (3,5,6)	Kasseler Braten <input type="checkbox"/> mit Sauce, dazu Blumenkohl, Kartoffelpüree Aa F G I / KH 42,6 (3)
SA 18.11.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3 <input type="checkbox"/>	→	→	→	Rinderbraten <input type="checkbox"/> mit deftiger Sauce, Rotkohl, 2 große Thüringer Klöße, Dessert Aa F I / KH 61,8 (4)	Nudelaufauf <input type="checkbox"/> mit verschiedenem Gemüse, überbacken mit Gouda, gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 104,8 (1,2) 10,80 €	Schnittbohne-eintopf <input type="checkbox"/> mit Schweinefleisch, Karottenwürfeln und Gartenkräutern, Dessert Aa F I / KH 39,3 (3)	Schweinebraten <input type="checkbox"/> mit Sauce, Bohnengemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa G I J / KH 59,0 (6)
SO 19.11.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3 <input type="checkbox"/>	→	→	→	Schweine „Cordon bleu“ <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Salzkartoffeln, Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 72,4 (6)	Vegt. Schnitzel <input type="checkbox"/> „Wiener Art“ mit Sauerrahmsauce, Kartoffelpüree, Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C F G I J / KH 73,4 10,80 €	Schweinesteak <input type="checkbox"/> in Rahmsauce, Karottengemüse, Zwiebelpüree, Dessert Aa G I / KH 51,2	Kalbfleischbällchen <input type="checkbox"/> in Rahmsauce, Karottengemüse, Zwiebelpüree, Dessert Aa C G I J / KH 53,7

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

