

EINFACH LECKER



	DESSERT 1,00 €	KALTMENÜ 10,30 €
MO 11.11.	Erdbeerjoghurt G <input type="checkbox"/>	Putensteak mit Kartoffelsalat, Mayonnaise und Garnitur C G I J <input type="checkbox"/>
DI 12.11.	Mandarinenquark G <input type="checkbox"/>	Nudelsalat mit Mayonnaise, Kochschinkenstreifen und Garnitur Aa C G I S <input type="checkbox"/>
MI 13.11.	Birnenkompott <input type="checkbox"/>	Hähnchendöner mit Zaziki, Krautsalat und Fladenbrot Aa G I J L (6) <input type="checkbox"/>
DO 14.11.	Schokopudding G <input type="checkbox"/>	Birnen-Milchreis mit Zucker, Zimt und Mandelgarnitur G Ha <input type="checkbox"/>
FR 15.11.	Aprikose-Mango Joghurt G <input type="checkbox"/>	Harzer Bauernsalat mit Mayonnaise, Kartoffeln, Gurke, Ei und Fleischwurst C G I J S <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 10,30 €
MO 11.11.	Mexikanischer Salat Blattsalat, Paprika, Mals, Kidneybohnen, dazu Itallendressing I J <input type="checkbox"/>
DI 12.11.	Byzantinischer Salat Eisbergsalat, Tomate, Käse, Schinken, Orangen, Ananas, dazu Joghurt-Kräuterdressing C G I S <input type="checkbox"/>
MI 13.11.	Chinesischer Salat Gemischter Salat mit Sojakelmen, Chicken-Nuggets, dazu Asladdressing Aa F <input type="checkbox"/>
DO 14.11.	„Chopskasalat“ Paprika, Tomate, Gurke, Hirtenkäse, dazu Balsamico-Dressing G I <input type="checkbox"/>
FR 15.11.	Fitnesssteller Sellerie, Möhren, grüner Salat, Weißkraut, Kartoffelsalat, Ei, dazu Frenchdressing Aa C G J <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 46 | 11.11. - 17.11.2024

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 11.11.	Bauernfrikadelle <input type="checkbox"/> mit Zwiebelsauce, Bohnengemüse, Kartoffelpüree, Dessert A Aa C G (1,6)	Spaghetti Bolognese <input type="checkbox"/> von roten Linsen, dazu Krautsalat, Dessert A Aa G I	Ofenkartoffel <input type="checkbox"/> mit planted Kebab und Kräuterschmand, dazu Krautsalat, Dessert G	Seelachsfilet „mediterran“ <input type="checkbox"/> In einer mediterranen Tomatensauce, Grill-Gemüse, Kartoffelwürfel, Dessert D / 48,0	Kräuterrührei <input type="checkbox"/> mit Rahmspinat und Kartoffeln C G	Kartoffelsuppe <input type="checkbox"/> mit Würstchenscheiben, dazu Fruchtjoghurt Aa Ab I S (1)	Buntes Gemüse <input type="checkbox"/> in einer Kräutersauce mit Reis, dazu Fruchtjoghurt Aa G (1)	Grütwurst <input type="checkbox"/> mit Sauerkraut und Kartoffeln, dazu Fruchtjoghurt Aa Ab S
DI 12.11.	Kartoffel-Karottencremesuppe <input type="checkbox"/> dazu 1 Brötchen, Gurkensalat mit saurer Sahne, Dessert A Aa Ab F G (6)	Schweinegulasch „Szegediner Art“ <input type="checkbox"/> mit Leipziger Allerlei und Semmelknödeln, Dessert A Aa C G (2)	Dinkelfusilli <input type="checkbox"/> mit Sauce All Arablata, dazu Gurkensalat mit saurer Sahne, Dessert A G	Klopse „Königsberger Art“ <input type="checkbox"/> dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 47	Nudeln <input type="checkbox"/> mit Sauce Bolognese, dazu Obst Aa I S (1)	Graupeneintopf <input type="checkbox"/> mit buntem Gemüse und Hühnerfleisch Aa Ab G I (1)	Spirellis <input type="checkbox"/> mit Tomaten-Kräutersoße, dazu Obst Aa G (1)	Kasslerbraten <input type="checkbox"/> mit Sauce, Erbsengemüse und Kartoffeln Aa G S (1,3,6)
MI 13.11.	Blumenkohlrößchen <input type="checkbox"/> im Backteig, mit Sauce Hollandaise, Kartoffeln, dazu Apfel-Möhren-Salat, Dessert A Aa C G I (8)	Chili con Carne <input type="checkbox"/> mit Sombroergemüse und Reis, Dessert A Aa G I (2)	Champignon-Tomaten-Zucchini-Risotto <input type="checkbox"/> dazu Apfel-Möhren-Salat, Dessert A Ad G (8)	Seelachsfilet „mediterran“ <input type="checkbox"/> In einer mediterranen Tomatensauce, Grill-Gemüse, Kartoffelwürfel, Dessert D / 48,0	Puten-geschnetzeltes „Züricher Art“ <input type="checkbox"/> mit Spätzle Aa J (1)	Weißkohleintopf <input type="checkbox"/> mit Fleischelinge, dazu Brot Aa Ab I S (1)	Hefeklöße <input type="checkbox"/> mit Vanillesoße Aa C G	Schweineroulade <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Möhrengemüse und Kartoffeln Aa G S (1)
DO 14.11.	Kürbisgnocchi <input type="checkbox"/> dazu Wachsbrechbohnen Salat, Dessert A Aa C G I J (1)	Seelachsfilet in Backteig <input type="checkbox"/> mit Remouladensauce, Erbsen, Kartoffelpüree, Dessert A Aa C D G J (1,4,6)	Paprikaschote <input type="checkbox"/> mit Füllung aus Erbsen- und Weizenproteinen, Cremesauce und Risi-Bisi, dazu Wachsbrechbohnen Salat, Dessert A Aa F I J (1)	Klopse „Königsberger Art“ <input type="checkbox"/> dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 47	Alaska-Seelachsfilet <input type="checkbox"/> mit einer Zitronenrahmsauce und Kartoffeln, dazu rote Bete Aa D G (1)	Spargel-cremesuppe <input type="checkbox"/> mit Schinkenstreifen und Eierstich, dazu rote Bete Aa Ab G S (1,2,3,6)	Gemüse-Köttbular <input type="checkbox"/> mit Tomatensoße und Kartoffelpüree Aa F G I	Bauern-gemüserolle <input type="checkbox"/> mit einer Rahmsauce, Finger-möhrrchen und Kartoffeln Aa G (1)
FR 15.11.	Hausgemachte Piccata Milanese <input type="checkbox"/> vom Huhn mit Tomatensauce, Brokkoli, Pestonudeln, Dessert A Aa C G H Hd	Mediterraner Bulgur <input type="checkbox"/> mit Rote-Bete-Falafel und Hummusdip, Dessert A Aa K (2)	Kaiserschmarrn <input type="checkbox"/> mit Vanillesauce, dazu grüner Bohnensalat, Dessert A Aa C G	Seelachsfilet „mediterran“ <input type="checkbox"/> In einer mediterranen Tomatensauce, Grill-Gemüse, Kartoffelwürfel, Dessert D / 48,0	Königsberger Klopse <input type="checkbox"/> in Kapernsauce und Kartoffeln, dazu Weißkrautsalat Aa G S (1)	Grüner Bohneneintopf <input type="checkbox"/> mit Kartoffelwürfel und Rindfleischelinge Aa Ab G I	Blumenkohl-Broccolipfanne <input type="checkbox"/> in einer Béchamelsauce, dazu Kartoffeln Aa C G	Gefüllte Paprikaschote <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce und Reis, dazu Weißkrautsalat Aa C G (1)
SA 16.11.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot LEICHTE KOST, EINTOPF und DESSERT	----	----	Nachtisch Buttermilch Rhabarber-Vanille <input type="checkbox"/> G 1,00 €	Pusztapfanne <input type="checkbox"/> Geflügelfleischbällchen in Tomatensauce mit Paprika und Mais, dazu Kartoffeln Aa B (1)	Reissuppe <input type="checkbox"/> mit Gemüse und Geflügelkößchen Aa I		
SO 17.11.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot LEICHTE KOST, KLASSIKER und DESSERT	----	----	Nachtisch Quarkdessert Kirsche <input type="checkbox"/> G 1,00 €	Wokgemüse <input type="checkbox"/> mit Hähnchenfleisch und Reis Aa F I (6)			Frikadelle <input type="checkbox"/> mit Bratensauce, Blumenkohl-gemüse und Kartoffeln Aa C G S (1)

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

