



# EINFACH LECKER

## MENÜ 4 (FLEISCHLOS)

9,80 € (grün)

## KALTMENÜ

9,00 €

MO 20.11.	<b>Gemüseplatte</b> „Gärtnerin“ verschiedene Gemüse überzogen mit Sauce Hollandaise, Kartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 57,0 (6)	<input type="checkbox"/>	<b>Partyfrikadellen</b> mit Kartoffelsalat, Senf, dazu 1 Brötchen Aa C J / KH 68,2 (2,4)	<input type="checkbox"/>
DI 21.11.	<b>Gemüsefrikadelle</b> mit Rahmsauce, Salzkartoffeln, gemischter Salat/Dressing Aa C G I J / KH 88,8 (6)	<input type="checkbox"/>	<b>Wiener Würstchen</b> mit Nudelsalat und Ketchup Aa C I / KH 52,1 (3,6,7)	<input type="checkbox"/>
MI 22.11.	<b>Brokkoli-Möhren-Reispfanne</b> mit Vollkornreis, geröstete Mandeln, Schnittlauchsauce Aa F G Ha I / KH 59,4	<input type="checkbox"/>	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Nudelsalat, Salatgarnitur, Senf Aa C G J / KH 65,3 (2)	<input type="checkbox"/>
DO 23.11.	<b>Vegetarische Gemüsesuppe</b> mit Kartoffeln, dazu 1 Brötchen, Dessert Aa F I / KH 58,1 (6)	<input type="checkbox"/>	<b>Schwarzwälder Quarkpokal</b> mit Vanillequark, Sauerkirschen und Schokostreuseln G / KH 89,9	<input type="checkbox"/>
FR 24.11.	<b>Nudelauflauf</b> Spiralnudeln in feiner Spinat-Käse-Sauce, überbacken mit Gouda Aa G I / KH 80,9 (1,2)	<input type="checkbox"/>	<b>Bunter Eiersalat</b> mit gekochtem Schinken, dazu 1 Brötchen und Butter Aa C G J / KH 43,9	<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 20.11.	<b>Winterzeit bis 31.03.2024</b>	<input type="checkbox"/>
DI 21.11.	<b>Salat „Athen“</b> Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G I J / KH 53,2	<input type="checkbox"/>
MI 22.11.	<b>Winterzeit bis 31.03.2024</b>	<input type="checkbox"/>
DO 23.11.	<b>Salat „Athen“</b> Fetawürfel und schwarze Oliven auf frischen Salaten der Saison, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C G I J / KH 53,2	<input type="checkbox"/>
FR 24.11.	<b>Winterzeit bis 31.03.2024</b>	<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 47 | 20.11. - 26.11.2023

Lecker und frisch für Sie auf den Tisch!





# IHRE MENÜAUSWAHL - KÖSTLICHES FÜR ZUHAUSE - KULINARISCHER GENUSS

	ALLERLEI	GUT BÜRGERLICH	VEGETARISCH	GOURMET	EXTRA MENÜ	MENÜ 1	MENÜ 2	MENÜ 3
	9,90 €	9,90 €	9,90 €	12,15 €	11,45 € (gelb)	9,00 € (silber)	9,80 € (rot)	9,80 € (schwarz)
MO 20.11.	<b>Spaghetti</b> <input type="checkbox"/> mit Rucolapesto, Rotkrautsalat, Dessert Aa G H Ha	<b>Seelachsfilet „Müllerin“</b> <input type="checkbox"/> mit Kräutersauce, Brokkoli, Kartoffeln, Dessert Aa D G (1)	<b>Gemüse-Tofugulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Brokkoli, Salzkartoffeln, Dessert Aa F G	<b>Schlemmerfilet</b> <input type="checkbox"/> (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Auflage, Gemüsemix, Rahmkartoffeln, Dessert Aa D G I / 37,0	<b>Schnitzel</b> <input type="checkbox"/> „Valdostana“ mit Schinken, Hackfleischsauce und Käse überbacken, Makkaroni, gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa F G I / KH 111,5 (1,2)	<b>Linseneintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Wiener Würstchen, Speck und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen Aa F I / KH 84,5 (2,6)	<b>Hähnchenpfanne „Pusta“</b> <input type="checkbox"/> mit Tomaten- und Paprikawürfeln, Butterreis Aa F I / KH 72,0	<b>Brühpolsnische</b> <input type="checkbox"/> auf Wirsinggemüse, Kartoffelpüree, dazu Senf Aa G I J / KH 19,4
DI 21.11.	<b>Bunte Bulgurpfanne</b> <input type="checkbox"/> mit Gemüse, Paprikadip, Rote-Bete-Salat, Dessert Aa G (2,4)	<b>Schweineschnitzel „Jäger Art“</b> <input type="checkbox"/> mit buntem Pfannengemüse, Petersillenkartoffeln, Dessert Aa Ac C G (1,2,6)	<b>Germknödel</b> <input type="checkbox"/> mit Pflaumenmusfüllung & Vanillesauce, Rote-Bete-Salat, Marmorkuchen Aa C G (4)	<b>Grünkohl</b> <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	<b>Forelle „Müllerin“</b> <input type="checkbox"/> mit Salzkartoffeln, Butter, gemischter Salat/Dressing, Dessert Aa C D G J / KH 50,4 (6)	<b>Kleine Hefeklöße</b> <input type="checkbox"/> (natur) mit warmen Pflaumenkompott Aa C G / KH 92,2	<b>Schwäbischer Suppentopf</b> <input type="checkbox"/> mit Spätzle, Fleischbällchen und Elerstich Aa C G I J / KH 35,9	<b>Puten-Geschnetzeltes</b> <input type="checkbox"/> mit Champignons, dazu Butterreis, Dessert Aa G I / KH 65,8
MI 22.11.	<b>Matjesfilet „Hausfrauen Art“</b> <input type="checkbox"/> mit Butterbohnen, Bratkartoffeln, Dessert C D G J (1,2,4,6,8)	<b>Hähnchennuggets</b> <input type="checkbox"/> mit Curry-Fruchtdip, dazu Kartoffelspalten, Wachsbrochbohnsalat, Dessert Aa C G J (2,6)	<b>Spaghetti</b> <input type="checkbox"/> mit Bolognese von roten Linsen, Wachsbrochbohnsalat, Dessert Aa G I	<b>Schlemmerfilet</b> <input type="checkbox"/> (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Auflage, Gemüsemix, Rahmkartoffeln, Dessert Aa D G I / 37,0	<b>Bayrischer Leberkäs</b> <input type="checkbox"/> auf Sauerkraut mit Speck, Zwiebelpüree, dazu süßer Senf, Dessert G I J / KH 37,0 (2,3)	<b>Paprikaschnitzel</b> <input type="checkbox"/> mit pikanter Sauce, Salzkartoffeln, dazu Partysalat Aa C G I J / KH 73,9 (2,4,6)	<b>Hähnchenbrustfilet</b> <input type="checkbox"/> mit Champignonrahmsauce, Spiralnudeln, Dessert Aa G I / KH 73,9	<b>Geflügelbratwurst</b> <input type="checkbox"/> mit Sauce, Sauerkraut, Kartoffelpüree, dazu Senf Aa G I J / KH 45,4 (2,7)
DO 23.11.	<b>Linsensuppe</b> <input type="checkbox"/> mit Wiener Würstchen, dazu 1 Brötchen, Karottensalat, Dessert Aa Ab C G I J L (1,2,6,7,8)	<b>Hähnchenbrust in Käsehülle</b> <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce, Brokkoli, Bandnudeln, Dessert Aa C G (1)	<b>Paprikaschote</b> <input type="checkbox"/> mit Couscous-Füllung und Champignonsauce, Gemüserais, Karottensalat, Dessert Aa Ac F G I (1,6,8)	<b>Grünkohl</b> <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	<b>Schweinefilet</b> <input type="checkbox"/> in Pfefferrahmsauce, Brokkoli, Minikartoffeln, Dessert Aa F G I / KH 57,1 (6)	<b>Wiener Würstchen</b> <input type="checkbox"/> mit Mischgemüse, dazu Kartoffelpüree, Dessert Aa G I J / KH 59,7 (2,6)	<b>Hähnchenschnitzel</b> <input type="checkbox"/> (paniert) mit Gefügelsauce, Blumenkohl, Salzkartoffeln Aa G I / KH 72,8 (6)	<b>Rinderleberragout</b> <input type="checkbox"/> in Apfel-Zwiebel-Sauce, Kartoffelpüree Aa G I / KH 38,7
FR 24.11.	<b>Ofenkartoffel</b> <input type="checkbox"/> mit Kräuterquark, Hähnchengyros, Feldsalat, Dessert G	<b>Hähnchenkeule</b> <input type="checkbox"/> mit BBQ-Sauce, Butterbohnen, Salzkartoffeln, Dessert G J (1,12)	<b>Eierkuchen</b> <input type="checkbox"/> mit Apfelmus, Bellagensalat, Marmorkuchen Aa C G I J L (1,6)	<b>Schlemmerfilet</b> <input type="checkbox"/> (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Auflage, Gemüsemix, Rahmkartoffeln, Dessert Aa D G I / 37,0	<b>Tafelspitz</b> <input type="checkbox"/> mit Apfel- Meerrettichsauce, Leipziger Allerlei, Salzkartoffeln, Dessert Aa C F G I L / KH 41,8 (3,6)	<b>Partyfrikadellen</b> <input type="checkbox"/> in würziger Paprikasauce, dazu Kartoffelpüree Aa C G I J / KH 62,4	<b>Geflügelhacksteak</b> <input type="checkbox"/> mit Tomatensauce und Butterreis Aa G I / KH 75,4	<b>Seelachsfilet</b> <input type="checkbox"/> (natur) mit Gemüse-Sahnesauce, Kartoffeln, dazu Bohnensalat Aa D G I / KH 57,9 (5,6)
SA 25.11.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ I-3	→	→	→	<b>Sauerbraten</b> <input type="checkbox"/> (vom Jungbullen) in deftiger Sauce, Erbsengemüse, Schupfnudeln, Dessert Aa F G I / KH 107,3	<b>Porree</b> <input type="checkbox"/> In Sahnesauce, Salzkartoffeln, Dessert Aa G I / KH 55,0 (6) 10,80 €	<b>Wirsingroulade</b> <input type="checkbox"/> mit Hackfleischfüllung, Speck-Zwiebelsauce, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I J / KH 52,3 (3,6)	<b>Serbischer Bohneneintopf</b> <input type="checkbox"/> mit Rauchfleischwürfeln, Speck und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen, Dessert Aa F I / KH 84,6 (3)
SO 26.11.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ I-3	→	→	→	<b>Schweinekrustenbraten</b> <input type="checkbox"/> (gepökelt) in Schwarzbiersauce, Sauerkraut, Salzkartoffeln, Dessert Aa I J / KH 46,8 (3,6,10)	<b>Blumenkohl-Auflauf</b> <input type="checkbox"/> mit Salzkartoffeln, Dessert Aa G I / KH 68,4 (6) 10,80 €	<b>Rinderfrikadelle</b> <input type="checkbox"/> mit Champignon-Sauce, Rosenkohl, Salzkartoffeln, Dessert Aa G I L / KH 45,3 (3,6)	<b>Schweine-Rahmgulasch</b> <input type="checkbox"/> mit Makkaroni, Dessert Aa F G I / KH 67,5

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

