



EINFACH LECKER

MENÜ 4 (FLEISCHLOS)

9,30 € (grün)

KALTMENÜ

8,90 €

MO 28.11.	Blumenkohlaufauf <input type="checkbox"/> Blumenkohl mit Käse überbacken, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 68,4 (1,2,6)	Gyros-Braten <input type="checkbox"/> (gegrillt) mit Krautsalat, dazu 1 Brötchen und Butter Aa G J / KH 54,8 (2,4)
DI 29.11.	Spinat-Käse-Tortellini <input type="checkbox"/> mit Tomatencreme, Eisbergsalat/Dressing Aa C F G I J / KH 95,6	Bunter Eiersalat <input type="checkbox"/> mit gekochtem Schinken, dazu 1 Brötchen und Butter Aa C G J / KH 43,9
MI 30.11.	Eieromelette <input type="checkbox"/> mit Rahmchampignons, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 42,4 (6)	Fruchtpokal <input type="checkbox"/> „Jogger Becher“ Sahnequark mit Früchten, Schokoraspeln, Bircher Müsli Aa G Hb Hc / KH 80,4
DO 01.12.	Paprikatopf <input type="checkbox"/> Paprikastreifen in rahmiger Tomatencreme, Vollkornnudeln Aa F G I / KH 88,8	Schweineschnitzel <input type="checkbox"/> (paniert) mit Nudelsalat, Salatgarnitur, Senf Aa C G J / KH 76,1 (2)
FR 02.12.	Apfelstrudel <input type="checkbox"/> mit warmer Vanillesauce Aa C G / KH 102,6 (6)	Hausmacher Fleischsalat <input type="checkbox"/> mit 2 halben Eiern, dazu 1 Brötchen und Butter Aa C G J / KH 39,6

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 28.11.	Thunfischsalat <input type="checkbox"/> Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4
DI 29.11.	Thunfischsalat <input type="checkbox"/> Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4
MI 30.11.	Thunfischsalat <input type="checkbox"/> Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4
DO 01.12.	Thunfischsalat <input type="checkbox"/> Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4
FR 02.12.	Thunfischsalat <input type="checkbox"/> Thunfisch auf frischen Salaten der Salsen, Sauerrahm-Dressing, dazu 1 Brötchen Aa C D G J / KH 41,4

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



MENÜKARTE

KW 48 | 28.11. - 04.12.2022

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
	9,65 €	9,65 €	9,65 €	11,90 €	10,95 € (gelb)	8,50 € (silber)	9,30 € (rot)	9,30 € (schwarz)
MO 28.11.	Schweinefilet ★ (gebraten) mit Pfeffersauce, Brokkoli-Blumenkohlgemüse, Kartoffelwedges, Dessert Aa Ac F G (6)	Hühnersuppentopf mit buntem Gemüse und Muschelnudeln, Bellagensalat, dazu 1 Brötchen, Dessert Aa Ab C F G I J L (1,6,10)	Allgäuer-Käse-Spätzle 🌿 mit mariniertem Feldsalat, Dessert Aa C F G (1)	Bunter Fischtopf Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln, Dessert A Aa D G I J / KH 46,0	Grillteller „Balkan“ mit Bratwürstchen, Cevapcici, Spießbraten, dazu Pustasauce, Djuvecreis, Dessert Aa C F I J / KH 76,0 (2,7)	Linseneintopf mit Wiener Würstchen, Rotwurst und Speck, dazu 1 Brötchen Aa F G I J / KH 89,5 (2,6)	Schweinekamm (gegrillt) auf Schnittbohnen, Salzkartoffeln, Dessert Aa G I J / KH 42,2 (6)	Geflügelpfanne Hähnchenbruststreifen in Sahnesauce, Brokkoli, Champignons, Butterreis Aa F G I / KH 72,2
DI 29.11.	Rinder-Geschnetzeltes „Züricher Art“ mit Brokkoli, Salzkartoffeln, Dessert Aa G	Kasseler (paniert) mit Tomatensauce, Grillgemüse, Gabelspaghetti, Dessert Aa C G (2,6,7)	Gemüsetortilla 🌿 mit Kräuterschmand, Kartoffeln, Tomatensalat, Dessert C G (2)	Hirschgulasch ★ in Rotweinsauce, Pflaumen, Rotkohl, Kartoffelklöße, Dessert A Aa C G / KH 70,5 (13)	Schnitzel ★ mit Rahmchampignons, Rösttaler, Krautsalat, Dessert Aa G I / KH 83,0 (2,4)	Schlemmerpfanne (Schwein) mit Paprikawürfeln, Mais, Spiralnudeln, Dessert Aa F I / KH 80,7	Krautfleisch Gehacktes mit Weißkohl, Salzkartoffeln Aa G I / KH 63,2 (6,8)	Penne Nudeln mit Rindfleisch-Kräuter-Sauce, dazu geriebener Hartkäse Aa F G I / KH 84,2 (1,2)
MI 30.11.	Eierpfannkuchen ★ mit Apfelmus, Beilagensalat, Marmorkuchen Aa C G I J L (1,6,10)	Putenbrust-Geschnetzeltes in Currysauce, Basmatireis, Romanomx, Dessert Aa F G I	Camembert 🌿 (gebacken) mit Preiselbeeren, Salatbellage, Baguette, Dessert Aa Ab C G I J L (1,6,10)	Bunter Fischtopf Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln, Dessert A Aa D G I J / KH 46,0	Wiener Zwiebelfleisch in Sauce, Schwarzwurzeln, Petersilienkartoffeln, Dessert Aa F G I / KH 54,6 (6)	Spätzle mit Gemüse-Kräuterrahmsauce (Erbsen, Möhren, Brokkoli, Champignons), Dessert Aa C G I / KH 63,8	Frikadelle in Zwiebelsauce, mexikanisches Gemüse (Bohnen, Karotten, Mais, Paprika und Erbsen), Kartoffelpüree Aa C G I / KH 70,5	Hähnchenpfanne „Puszta“ mit Tomaten- und Paprikawürfeln, dazu Butterreis Aa F I / KH 72,0
DO 01.12.	Linsensuppe mit Kasselereinlage, dazu 1 Brötchen, Apfel-Möhrensalat, Dessert Aa Ab G I (2,6,7,8)	Putensteak mit Pfirsich und Käse überbacken, Geflügelsauce, Leipziger Allerlei, Kartoffeln, Dessert G (1)	Buntes Gemüsecurry 🌿 mit Basmatireis, Apfel-Möhrensalat, Dessert Aa F G Hd (8)	Hirschgulasch ★ in Rotweinsauce, Pflaumen, Rotkohl, Kartoffelklöße, Dessert A Aa C G / KH 70,5 (13)	Fischfiletstreifen ➡ „Im Backteig“ mit Sauce Hollandaise, Salzkartoffeln, Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C D G I J / KH 62,5 (5,6)	Soljanka deftige Suppe mit Jagdwurst, Paprika und Gurke, dazu 1 Brötchen Aa G I J / KH 33,6 (2,3,4)	Schweine-Geschnetzeltes in Rahmsauce mit Champignons, Spiralnudeln Aa F G I / KH 70,4	Kalbfiletschälchen in Rahmsauce mit buntem Gemüse, Kartoffelpüree Aa C G I J / KH 63,9
FR 02.12.	Kaiserschmarrn 🌿 mit Vanillesauce, Gurkensalat klassisch, Dessert Aa C G	Seelachsfilet ➡ (gebacken) mit Remouladensauce, Brokkoli, Bratkartoffeln, Dessert Aa C D G J (1,4,6)	Bohnenragout 🌿 mit Pilzen, Kartoffelrösti, Gurkensalat klassisch, Dessert F G (6)	Bunter Fischtopf Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln, Dessert A Aa D G I J / KH 46,0	Frankfurter Rippchen mit Sauerkraut, Zwiebelpüree, Senf, Dessert G I J / KH 44,3 (3)	Heringsfilet ➡ pikante Tunke mit Äpfeln, Zwiebeln, Gurken, Salzkartoffeln (extra verpackt) C D G J / KH 53,0 (5,6)	Jägersgulasch ★ (Schwein) mit Kräutern und Champignons, Kartoffelklöße, Selleriesalat mit saurer Sahne Aa G I / KH 93,4	Hähnchencurry mit Gemüsestreifen, Basmatireis Aa F G I / KH 64,8
SA 03.12.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3	----➔	----➔	----➔	Kaninchenkeule ★ mit Rahmsauce, Schwarzwurzelgemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa F G I J / KH 50,9 (6)	Schupfnudel-Gemüsepfanne 🌿 In Butter gebraten, dazu Sahnesauce, Dessert Aa C F G I / KH 75,8	Möhreneintopf mit Kartoffeln und Gartenkräutern, Dessert Aa F G I J / KH 43,5 (6)	Kasseler auf Wirsinggemüse, Kartoffelpüree, Dessert Aa G I / KH 46,2 (3)
SO 04.12.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot EXTRA MENÜ und MENÜ 1-3	----➔	----➔	----➔	Krustenbraten ★ in deftiger Sauce, Thüringer Klöße, Eisbergsalat/Dressing, Dessert Aa C G I J / KH 86,6	Gemüse-Knusper-Frikadelle 🌿 mit Holländischer Sauce, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I / KH 76,4 (6)	Rahmgulasch (Rind) mit Erbsengemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa F G I / KH 77,7 (6)	Geflügel-Hackbraten ★ mit Sauce, Erbsengemüse, Salzkartoffeln, Dessert Aa C G I J / KH 70,8 (6)

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

