



EINFACH LECKER

	DESSERT	KALTMENÜ
	1,00 €	10,30 €
MO 09.12.	Erdbeerjoghurt G <input type="checkbox"/>	Putensteak mit Kartoffelsalat, Mayonnaise und Garnitur C G I J <input type="checkbox"/>
DI 10.12.	Mandarinenquark G <input type="checkbox"/>	Nudelsalat mit Mayonnaise, Kochschinkenstreifen und Garnitur Aa C G I S <input type="checkbox"/>
MI 11.12.	Birnenkompott <input type="checkbox"/>	Hähnchendöner mit Zaziki, Krautsalat und Fladenbrot Aa G I J L (6) <input type="checkbox"/>
DO 12.12.	Schokopudding G <input type="checkbox"/>	Birnen-Milchreis mit Zucker & Zimt und Mandelgarnitur G Ha <input type="checkbox"/>
FR 13.12.	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 09.12.	Mexikanischer Salat Blattsalat, Paprika, Mais, Kidneybohnen, dazu Italiendressing I J <input type="checkbox"/>
DI 10.12.	Byzantinischer Salat Eisbergsalat, Tomate, Käse, Schinken, Orangen, Ananas, dazu Joghurt-Kräuter dressing C G I S <input type="checkbox"/>
MI 11.12.	Chinesischer Salat Gemischter Salat mit Sojakelmen, Chicken-Nuggets, dazu Asiadressing Aa F <input type="checkbox"/>
DO 12.12.	„Chopskasalat“ Paprika, Tomate, Gurke, Hirtenkäse, dazu Balsamico-Dressing G I <input type="checkbox"/>
FR 13.12.	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 50 | 09.12. - 15.12.2024

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 09.12.	Käsespätzle <input type="checkbox"/> mit mariniertem Feldsalat, Dessert A Aa C G (1)	Milchreis <input type="checkbox"/> mit Zucker und Zimt dazu grüner Bohnensalat, Dessert G	Gemüse- Knusper-Ringe <input type="checkbox"/> mit Ratatouille-Gemüse und Kartoffeln, Dessert A Aa G I (6)	Kräuter- Seelachsfilet <input type="checkbox"/> In Kräutermarinade, dazu rustikales Frühlingsgemüse, Salzkartoffeln, Dessert D / KH 38,0	Hackpfanne <input type="checkbox"/> mit Paprika, Champignons, Erbsen und Salzkartoffeln Aa I S	Kürbissuppe <input type="checkbox"/> mit Möhren und Kartoffelwürfel Aa G I	Mediterranes Gemüse <input type="checkbox"/> in rahmiger Tomatencreme, dazu Reis Aa G	Rinder- geschnetzeltes <input type="checkbox"/> mit Champignons und Reis Aa G (1,6)
DI 10.12.	Spaghetti ★ <input type="checkbox"/> mit Bolognesesauce (Schwein), dazu Beilagensalat, Dessert A Aa C G H Ha I J L (1,6)	Putenschnitzel <input type="checkbox"/> mit Paprikagemüse und Petersilienkartoffeln, dazu Beilagensalat, Dessert A Aa C G I J L (1,6)	Szegediner Tofugulasch <input type="checkbox"/> mit Kaisergemüse und Petersilienkartoffeln, Dessert A Aa F H Ha	Grünkohl ★ <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	Hähnchenpfanne <input type="checkbox"/> Hähnchenbruststreifen mit Erbsen in heller Kräutersauce, dazu Spätzle Aa G (1)	Kartoffelcreme- suppe <input type="checkbox"/> mit Würstchenscheiben, dazu ein Joghurt Aa G I S	Kartoffeln <input type="checkbox"/> mit Kräuterquark, dazu ein Joghurt Aa G	Schweine- krustenbraten <input type="checkbox"/> mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln Aa S (1,7)
MI 11.12.	Putengulasch <input type="checkbox"/> mit Champignons und Kräutern, dazu Romanomix, grüne Bandnudeln, Dessert A Aa G (2)	Kichererbsencurry <input type="checkbox"/> mit Basmatireis, dazu Beilagensalat, Dessert C G I J L (1,6)	Rote Linsensuppe <input type="checkbox"/> mit Brötchen, dazu Beilagensalat, Dessert A Aa Ab C F G I J L (1,6)	Kräuter- Seelachsfilet <input type="checkbox"/> In Kräutermarinade, dazu rustikales Frühlingsgemüse, Salzkartoffeln, Dessert D / KH 38,0	Königsberger Klopse <input type="checkbox"/> In Kapernsauce mit Reis, dazu Apfelmus Aa G S (1)	Erbsensuppe <input type="checkbox"/> püriert mit Speckwürfel, dazu Brot I S	Milchnudeln <input type="checkbox"/> mit Zimt und Zucker, dazu Apfelmus Aa G (6)	Warmer Harzer Specksalat <input type="checkbox"/> mit Schweineschnitzel Aa C S (3)
DO 12.12.	Kartoffelpuffer <input type="checkbox"/> mit Apfelmus, dazu Tomatensalat, Dessert G (2,6)	Fischnuggets im Backteig <input type="checkbox"/> mit Remouladensauce, Kartoffeln und Brokkoli- Paprikagemüse, Dessert A Aa C D G J (1,4,6)	Gnocchi- Wirsingpfanne <input type="checkbox"/> dazu Tomatensalat, Dessert A Aa C G (2)	Grünkohl ★ <input type="checkbox"/> mit Kasseler und Räucherendchen, Salzkartoffeln, Dessert 6	Fischfilet <input type="checkbox"/> mit Senf-Dillsauce, Kartoffelpüree, dazu ein Schokopudding Aa D G (1)	Wikingertopf <input type="checkbox"/> mit Reisnudeln Aa I S	Gemüse- bolognese <input type="checkbox"/> mit Nudeln, dazu ein Schokopudding Aa F G	„Szegediner Gulasch“ <input type="checkbox"/> mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Aa S (1)
FR 13.12.	Schweineroulade „Jäger Art“ <input type="checkbox"/> mit Apfelrotkohl, Kroketten, Marmorkuchen A Aa C G J (1,2,4,6)	Germknödel <input type="checkbox"/> mit Pflaumenmusfüllung und Vanillesauce, dazu Beilagensalat, Marmorkuchen A Aa C G I J L (1,6)	Hausgemachte Fusilli <input type="checkbox"/> mit Sojabolognese, dazu Beilagensalat, Marmorkuchen A Aa C F G I J L (1,6)	Kräuter- Seelachsfilet <input type="checkbox"/> In Kräutermarinade, dazu rustikales Frühlingsgemüse, Salzkartoffeln, Dessert D / KH 38,0	Putenschnitzel <input type="checkbox"/> (natur) mit Erbsen- Möhrengemüse und Kartoffelpüree Aa G	Wirsingkohleintopf <input type="checkbox"/> mit Kartoffelwürfel, Gemüseelnlage und Schweinefleisch Aa I S	Tortellini <input type="checkbox"/> mit Spinat-Frischkäsefüllung, dazu Käsesauce Aa G	Römerbraten <input type="checkbox"/> mit Rahmsauce, Mischgemüse und Kartoffeln Aa G S
SA 14.12.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, EINTOPF und DESSERT <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	Paprikaschote ★ <input type="checkbox"/> mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensauce, dazu Langkornreis, Dessert A Aa C S	Putengulasch <input type="checkbox"/> mit grünen Bohnen und Kartoffeln Aa G	Fischsuppe <input type="checkbox"/> mit Gemüse, dazu Roggenbrot Aa Ab D I	Nachtisch Buttermilch Rhabarber-Vanille <input type="checkbox"/> G 1,00 €	<input type="checkbox"/>
SO 15.12.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und KLASSIKER <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	----> <input type="checkbox"/>	Rinderroulade ★ <input type="checkbox"/> In Bratensauce mit Wirsinggemüse, dazu Spätzle, Dessert A Aa C G I J S (3)	Grünkohlpfanne <input type="checkbox"/> mit Speck und Pfefferbeißer, dazu Semmelknödel Aa I S	<input type="checkbox"/>	Nachtisch Quarkdessert Kirsche <input type="checkbox"/> G 1,90 €	Rinderleber <input type="checkbox"/> mit gedünsteten Zwiebeln und Kartoffelpüree Aa G

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