

	Klassiker	Kräftig & Deftig	Leicht & bekömmlich	Mini - Mahl	Vegetarisch	Kühl & Lecker	Salat Fit & Fun	
	6,50 €	6,70 €	6,75 €	6,15 €	6,55 €	5,75 €	5,65 €	
Montag 26.03.	Schnitzel paniert (*5 Aa S) vom Schwein "Mailänder Art" mit ReibeKäse (*2 G), Tomatensauce (*1 L), ital. Fusilli (*Aa), Dessert 595KJ, 142Kcal, 5F, 1,7ges.F, 17KH, 1,4Z, 8E, 0,7S	Fischfilet (*C D G I) "Pizzaiola" mit Tomatensauce (*C G I L) mit Käse (*2 G) & Nudeln (*Aa), Dessert 402KJ, 96Kcal, 2F, 0,6ges.F, 14KH, 0,8Z, 6E, 0,9S	Bunter Gemüseeintopf (*1) mit Fleischklößchen (*Aa C S) & Nudeln (*Aa C), Dessert 281KJ, 67Kcal, 3F, 0,7ges.F, 7KH, 2,0Z, 4E, 1,2S	Hackbraten (*5 Aa C S) Specksauce (*1 3 S), Rotkohl (*1 6), Salzkartoffeln, Dessert 369KJ, 88Kcal, 4F, 1,4ges.F, 11KH, 2,6Z, 2,9E, 1,8S	Gemüseplatte mit Kräuter-Sahnesauce (*G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 263KJ, 63Kcal, 1F, 0,6ges.F, 10KH, 3,2Z, 3E, 0,4S	Köfte (*Aa) (Hackfleischbällchen) Kartoffelsalat (*G) mit Ei (*C) & Kräutern, Dessert 498KJ, 119Kcal, 4F, 2,0ges.F, 12KH, 3,2Z, 8E, 0,6S	Kein Angebot	
Dienstag 27.03.	Gebratene Schinken-nudeln (*1 3 5 Aa S) mit Ei (*C) & Tomatensauce (*L), Dessert 426KJ, 102Kcal, 3F, 0,5ges.F, 14KH, 1,8Z, 5E, 1,0S	Hackbraten (*5 Aa C S) Speck (*1 3 S)-Zwiebelsoße (*A F), grüne Bohnen, Salzkartoffeln, Dessert 413KJ, 99Kcal, 4F, 1,7ges.F, 11KH, 1,4Z, 5E, 0,7S	Ragout von der Hähnchenbrust in Estragonsauce (*G), Möhrengemüse, Reis, Dessert 343KJ, 82Kcal, 2F, 0,4ges.F, 11KH, 2,3Z, 5E, 0,7S	Hackfleisch (*S)-Kartoffel-Möhreintopf (*G I) Dessert 357KJ, 85Kcal, 5F, 2,0ges.F, 5KH, 1,4Z, 5E, 0,8S	Penne-Nudeln (*Aa) mit Broccoli-Sahnesauce (*Aa G), Dessert 359KJ, 86Kcal, 1F, 0,4ges.F, 15KH, 0,1Z, 3E, 0,9S	Gyrosbraten (*G S) Tomaten-Reissalat, Zaziki (*G), Fladenbrot (*Aa C F K), Dessert 593KJ, 142Kcal, 6F, 2,4ges.F, 16KH, 2,2Z, 6E, 0,5S	"Vital-Salat" verschiedene Blattsalate mit Thunfisch (*D), Mais & Zwiebeln, Italien-Dressing (*2 L), Brötchen (*Aa) 328KJ, 78Kcal, 1F, 0,1ges.F, 13KH, 4,0Z, 5E, 0,7S	
Mittwoch 28.03.	Schweinegeschnetzeltes (*3 S Aa F G J) "Züricher Art" mit Champignons (*1 3 L), Tomate, Schmand (*G) & Spinalnudeln (*Aa), Dessert 542KJ, 130Kcal, 5F, 1,6ges.F, 15KH, 0,6Z, 6E, 0,8S	Hähnchenschnitzel paniert (*Aa) Sauce (*Aa F G) mit Kräutern der Provence, Leipziger Allerlei, Salzkartoffeln, Dessert 440KJ, 105Kcal, 4F, 1,2ges.F, 14KH, 1,7Z, 4E, 0,7S	Schweinenackensteak (*5 S G) natur in milder Kräutersauce (*Aa F G), Blumenkohl-Broccoligemüse, Püree (*2 3 G), Dessert 462KJ, 110Kcal, 6F, 2,2ges.F, 8KH, 2,7Z, 7E, 0,6S	2 gek.Eier (*C) in Kräutersauce (*G L), Salzkartoffeln, kleiner Salat, Dessert 347KJ, 83Kcal, 3F, 0,8ges.F, 10KH, 1,7Z, 3E, 0,5S	2 Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung (*G), Kohlrabi-Möhrengemüse in Rahmsauce (*Aa G), Dessert 324KJ, 77Kcal, 3F, 1,5ges.F, 10KH, 3,0Z, 2E, 1,0S	Brathering (*6 Aa D F) mit Zwiebelringen, bunter Kartoffelsalat (*1 2 6 G J), Dessert 712KJ, 170Kcal, 9F, 2,7ges.F, 14KH, 3,5Z, 7E, 1,1S	"Chefsalat" gemischte Blattsalate Kochhinterschinken (*1 3 5 S) & Käsestreifen (*2 G), French-Dressing (*1 2 6 G J), Brötchen (*Aa) 584KJ, 140Kcal, 8F, 3,6ges.F, 13KH, 4,2Z, 5E, 1,1S	
Donnerstag 29.03.	Frikadelle (*S Aa) auf Rahmwirsing (*G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 449KJ, 107Kcal, 5F, 1,8ges.F, 11KH, 2,1Z, 5E, 0,8S	Rinderbraten (*5 G) "Esterhazy" mit Gemüstreifen (G I) & Salzkartoffeln, Dessert 355KJ, 85Kcal, 2F, 0,8ges.F, 11KH, 1,7Z, 5E, 0,6S	Holsteiner Kartoffelsuppe (*G I) mit Schnippelwurst (*1 3 5 S G), Dessert 303KJ, 73Kcal, 4F, 1,6ges.F, 6KH, 0,8Z, 3E, 1,1S	3 Eierpfannkuchen (*Aa C G) mit roter Grütze, Dessert 561KJ, 134Kcal, 4F, 1,6ges.F, 21KH, 8,4Z, 3E, 0,6S	Veg. Sojageschnetzeltes (*F) mit Gemüse-Sahnesauce (*Aa F G I), Spinalnudeln (*Aa), Dessert 427KJ, 102Kcal, 2F, 0,6ges.F, 18KH, 1,2Z, 4E, 1,0S	Pan. Hähnchenschnitzel (*Aa) auf Kartoffelsalat (*1 2 6 G J), Dessert 617KJ, 147Kcal, 8F, 2,8ges.F, 12KH, 4,4Z, 6E, 1,5S	Bunter Salat mit 2 kleinen Frikadellen (*S Aa), American-Dressing (*1 2 6 G J), Brötchen (*Aa) 649KJ, 155Kcal, 9F, 3,9ges.F, 13KH, 3,7Z, 5E, 0,8S	
Freitag 30.03.	Bauerneintopf (*1) mit grünen & weißen Bohnen, Kartoffeln, Dessert 183KJ, 44Kcal, 1F, 0,2ges.F, 6KH, 1,8Z, 2E, 0,8S	Kohlroulade (*S Aa) mit Tomaten-Knoblauchsauce (*1 L) & Gemüseris, Dessert 342KJ, 82Kcal, 3F, 0,8ges.F, 11KH, 3,4Z, 3E, 0,9S	Fischfrikassee (*D) in Gemüsesauce (*Aa C G I) mit Kräutern der Provence, Salzkartoffeln, Dessert 321KJ, 77Kcal, 1F, 0,6ges.F, 13KH, 0,2Z, 3E, 0,6S	Gebratenes Hähnchenfleisch in Champignonrahmsauce (*1 3 G L), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 416KJ, 99Kcal, 3F, 1,1ges.F, 11KH, 3,0Z, 7E, 0,9S	Kein Angebot	Kein Angebot	Kein Angebot	
Samstag 31.03.	Hähnchenfiletspitzen "Gärtnerin Art" (*G) Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 267KJ, 64Kcal, 3F, 0,7ges.F, 5KH, 0,3Z, 5E, 0,8S	Schweinenackensteak (*3 S G I J) Rahmsauce (*Aa F G), Mischgemüse, Nudeln (*Aa), Dessert 557KJ, 133Kcal, 6F, 2,3ges.F, 13KH, 2,1Z, 7E, 0,4S	Geflügelfrikadelle (*Aa C G I) in Kräutersauce (*Aa F G), Kohlrabi (*G), Salzkartoffeln, Dessert 359KJ, 86Kcal, 2F, 0,9ges.F, 11KH, 2,0Z, 5E, 1,2S	Tomatisierter Gemüseeintopf nach Art einer Minestrone mit Suppengrün, Zwiebeln & Nudeln (*Aa) 177KJ, 42Kcal, 0F, 0,1ges.F, 8KH, 2,1Z, 2,0E, 0,9S				
Sonntag 01.04.	Schweinenacknbraten (*5 S G) Sauce (*Aa F), Rotkohl (*1 6), Salzkartoffeln, Dessert 412KJ, 99Kcal, 4F, 1,5ges.F, 11KH, 3,9Z, 5E, 0,6S	Hacksteak (*S Aa) in Pfefferrahmsauce (*Aa F G I), grüne Bohnen, Salzkartoffeln, Dessert 470KJ, 112Kcal, 5F, 2,2ges.F, 12KH, 1,7Z, 5E, 0,9S	Leichtes Rahmgulasch (*5 S Aa G L I) "Esterhazy", Spinalnudeln (*Aa), Dessert 515KJ, 123Kcal, 3F, 1,1ges.F, 16KH, 1,1Z, 7E, 0,4S	Kartoffel-Kohlrabi-pfanne mit Rahmsauce (*2 G L), Dessert 505KJ, 121Kcal, 7F, 3,7ges.F, 11KH, 2,5Z, 3E, 1,1S				

Änderungen vorbehalten.

vom Paritätischen Osterode:

- ein abwechslungsreiches und vielseitiges tägliches Menüangebot
- eine zuverlässige Auslieferung unserer Gerichte
- flexible Bestellmöglichkeiten
- keine Vertragsbindung
- keine Vorkasse – die Abrechnung erfolgt monatlich

Wir bieten Ihnen auch:

- Ambulante Pflege/Hausnotruf
- Hauswirtschaftliche Dienste
- Senioren-Netzwerk „PariAS“
- „HilDe“ Hilfen bei Demenz



Paritätischer Osterode
Abgunst 1, 37520 Osterode



Telefon 05522 9077-10

1 = mit Konservierungsstoff, 2 = mit Farbstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = mit Phosphat, 6 = mit Süßungsmittel (n), 7 = enth. eine Phenylalaninquelle, 8 = geschwefelt, 9 = geschwärzt, 10 = gewachst, 11 = koffeinhaltig, 12 = chininhaltig, 13 = enth. Alkohol

Nährwertangaben

KJ = Kilojoule
Kcal = Kilokalorien
g. Fetts. = gesättigte Fettsäuren
KH = Kohlenhydrate
Z = Zucker
E = Eiweiß
S = Salz
Angaben in Gramm (g)
Alle Angaben beziehen sich auf durchschnittlich 100g des verzehrfertigen Menüs (ohne Dessert)

ALLERGENE

Enthält:
Glutenhaltiges Getreide:
A = Gluten
Aa = Weizen
Ab = Roggen
Ac = Gerste
Ad = Hafer
B = Krebstiere
C = Eier
D = Fisch
E = Erdnüsse
F = Soja
G = Milch (einschließlich Laktose)

Schalenfrüchte:
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 und Sulphide
M = Lupinen
N = Weichtiere
S = Schweinefleisch



14.

	Klassiker	Kräftig & Deftig	Leicht & bekömmlich	Mini - Mahl	Vegetarisch	Kühl & Lecker	Salat Fit & Fun
	6,50 €	6,70 €	6,75 €	6,15 €	6,55 €	5,75 €	5,65 €
Montag 02.04.	Zwiebelfleisch (*3 S G J) in pikanter Sauce (*Aa F) mit Thymian, Salzkartoffeln, Dessert 368KJ, 88Kcal, 2F, 0,5ges.F, 12KH, 1,1Z, 6E, 0,6S	Hähnchenschnitzel "Italia" (*Aa) mit Tomaten-Käsesauce (*2 G L), Nudeln (*Aa), Dessert 535KJ, 128Kcal, 4F, 1,0ges.F, 16KH, 1,6Z, 7E, 1,3S	Eieromelette (*C G) in Broccolisauce (*G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 260KJ, 62Kcal, 4F, 1,5ges.F, 4KH, 1,2Z, 3E, 1,0S	Schweinebraten (*5 G S) in Kümmelsauce (*Aa F), Erbsengemüse, Salzkartoffeln, Dessert 415KJ, 99Kcal, 3F, 0,6ges.F, 12KH, 1,4Z, 7E, 0,8S	Kein Angebot	Kein Angebot	Kein Angebot
Dienstag 03.04.	Hühnerfrikassee (*G) mit Champignons (*1 3 L), feines Erbsengemüse, Reis, Dessert 471KJ, 112Kcal, 4F, 1,1ges.F, 14KH, 1,0Z, 6E, 0,9S	Gebratene Krakauer (*1 3 5 S G) Weißkohlrahmgemüse (*G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 506KJ, 121Kcal, 7F, 3,0ges.F, 8KH, 3,7Z, 6E, 1,3S	Königsberger Klopse (*S Aa C F) mit Kapernsauce (*Aa G) & Salzkartoffeln, Dessert 471KJ, 113Kcal, 5F, 2,1ges.F, 13KH, 1,2Z, 5E, 1,1S	Schweinebraten (*5 G S) in Majoransauce (*Aa F G), Rotkohl (*1 6), Salzkartoffeln, Dessert 380KJ, 91Kcal, 3F, 0,6ges.F, 12KH, 0,4Z, 5E, 0,8S	Steckrüben-eintopf (*2 3 G) mit Paprika & Tomaten, Dessert 96KJ, 23Kcal, 0F, 0,0ges.F, 5KH, 2,4Z, 1E, 0,6S	Kein Angebot	Kein Angebot
Mittwoch 04.04.	Neustädter Linsensuppe (*I) mit knackiger Bockwurst (*1 3 5 S G), Dessert 338KJ, 81Kcal, 4F, 1,7ges.F, 6KH, 1,3Z, 4E, 0,9S	Sauerbraten (*5 G) "Rheinische Art" (*Aa F G L), Rotkohl (*6), Kartoffelklöße, Dessert 374KJ, 89Kcal, 2F, 0,5ges.F, 12KH, 5,2Z, 5E, 0,9S	Ged. Hokifilet (*D C G I) Kräutersauce (*G) mit Gemüsestreifen (*I), Salzkartoffeln, Salat, Dessert 397KJ, 95Kcal, 3F, 1,2ges.F, 12KH, 3,5Z, 5E, 0,4S	Pellkartoffeln Sour Cream (*G L), kleiner Salat, Dessert 337KJ, 81Kcal, 3F, 1,6ges.F, 10KH, 2,7Z, 3E, 1,0S	Gefüllte veg. Paprikaschote (*Aa C F I J) Tomatensauce (*L), Gemüsereis, Dessert 281KJ, 67Kcal, 1F, 0,1ges.F, 13KH, 2,1Z, 2E, 0,5S	Burgunderbraten (*1 3 S) mit Kartoffelsalat (*1 2 6 G J), Dessert 606KJ, 145Kcal, 8F, 3,5ges.F, 12KH, 1,7Z, 6E, 1,1S	Salat "Büttenwarder" ger. Makrelenfilet (*D I J) auf Blattsalat, Senf (*J)-Dill-Dressing (*2 3 G L), Brötchen (*Aa) 659KJ, 157Kcal, 10F, 1,6ges.F, 13KH, 4,7Z, 5E, 0,7S
Donnerstag 05.04.	Würzbraten vom Schweinenacken (*G S 5) mit Kräutersauce (*Aa F G J), grüne Bohnen, Salzkartoffeln, Dessert 386KJ, 92Kcal, 3F, 1,2ges.F, 10KH, 1,6Z, 5E, 0,8S	Currywurst (*3 5 S G) Curry-Tomatensauce (*1 3 6 J L), Risoleekartoffeln, Dessert 503KJ, 120Kcal, 6F, 2,3ges.F, 12KH, 2,6Z, 4E, 1,1S	Geschnetzeltes von der Poularde "Gärtnerin Art" in Gemüsesauce (*Aa G) mit Petersilie, Makkaroni (*Aa), Dessert 507KJ, 121Kcal, 3F, 0,6ges.F, 17KH, 1,3Z, 7E, 0,6S	Gebr. Fleischkäse (*1 3 5 S G) auf Apfel-Sauerkraut (*1 2 3 G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 284KJ, 68Kcal, 3F, 0,8ges.F, 5KH, 3,2Z, 4E, 1,0S	Kartoffel-Möhren-Topf (*G L) mit Käse (*2 G) überbacken, gem. Salat, Dessert 422KJ, 100Kcal, 5F, 2,5ges.F, 11KH, 4,8Z, 3E, 1,1S	Geflügelsalat (*1 2 3 6 G L J) "Hawaii" mit Ananas, Baguette (*Aa) & Butter (*G), Dessert 755KJ, 180Kcal, 11F, 5,1ges.F, 13KH, 3,6Z, 7E, 1,2S	Salatplatte "Akropolis" 2 Hackfleischröllchen (*S Aa) auf buntem Bauernsalat (*G), Tzatziki (*G), Brötchen (*Aa) 531KJ, 127Kcal, 9F, 3,4ges.F, 3KH, 3,4Z, 8E, 0,5S
Freitag 06.04.	Rahmschnitzel (*5 S Aa) mit Champignonsauce (*1 3 Aa F G L), buntem Gemüse, Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 353KJ, 84Kcal, 1F, 0,4ges.F, 9KH, 1,8Z, 9E, 0,5S	Geflügelgulasch (*Aa F G) von der Hähnchenbrust mit Pilzen (*1 3 L) & Zwiebeln, Nudeln (*Aa), Dessert 456KJ, 100Kcal, 2F, 0,5ges.F, 16KH, 0,9Z, 6E, 1,0S	Schmorbraten (*S G) vom Schweinerücken, Majoransauce (*Aa F G), Blumenkohl, Salzkartoffeln, Dessert 329KJ, 78Kcal, 2F, 0,6ges.F, 10KH, 2,0Z, 4E, 1,1S	Deftige Hühnersuppe mit Gemüse (*I), Muschelnudeln (*Aa C) & Petersilie, Dessert 211KJ, 50Kcal, 2F, 0,7ges.F, 4KH, 1,6Z, 4E, 2,0S	4 Polentataler (*C I) Broccoligemüse in Sahnesauce (*G), Dessert 488KJ, 117Kcal, 7F, 4,6ges.F, 11KH, 2,0Z, 3E, 1,6S	Hausmacher Sülze (*1 6 S I) Remouladensauce (*1 2 6 C G J), Kartoffelsalat (*6) mit Essig & Öl, Dessert 740KJ, 177Kcal, 12F, 5,1ges.F, 13KH, 5,2Z, 4E, 1,3S	Salat "Friesland" geb. Wiesen-Champignons auf Blattsalat, Radieschen, Möhren, Balsamico (*2 L)-Dressing, Brötchen (*Aa) 273KJ, 65Kcal, 0,5F, 0,1ges.F, 12KH, 3,8Z, 3E, 0,5S
Samstag 07.04.	Kartoffelpuffer (*Aa C) mit Apfelmus (*3), Dessert 552KJ, 132Kcal, 8F, 3,3ges.F, 14KH, 6,1Z, 2E, 0,3S	Paniertes Fischfilet (*Aa D) auf Leipziger-Allerlei (*G), Reis, Dessert 495KJ, 118Kcal, 2F, 0,7ges.F, 17KH, 1,7Z, 7E, 0,9S	Putenbraten Sauce (*Aa F G), Möhren, Salzkartoffeln, Dessert 341KJ, 81Kcal, 1F, 0,5ges.F, 10KH, 3,4Z, 6E, 0,6S	Kleines Bratwürstchen (*3 5 S G) Sauce (*Aa F), Rotkohl (*1 6), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 328KJ, 78Kcal, 5F, 1,7ges.F, 6KH, 3,0Z, 3E, 0,8S			
Sonntag 08.04.	Schinkengulasch (*5 S Aa F G L) mit Gemüsestreifen (*I), Salzkartoffeln, Dessert 426KJ, 102Kcal, 4F, 1,7ges.F, 11KH, 1,1Z, 5E, 0,6S	Hühnerfrikassee mit Champignons (*1 3 G L) & Erbsengemüse, Reis, Dessert 457KJ, 109Kcal, 4F, 1,1ges.F, 12KH, 1,0Z, 6E, 0,9S	Sojastreifen (*F) in Waldpilzsauce (*1 3 Aa F G L), Marktgemüse, Nudeln (*Aa) 545KJ, 130Kcal, 2F, 0,4ges.F, 14KH, 3,9Z, 15E, 0,8S	Kleines Schweinsteak (*S) natur mit Sauce (*Aa F G) & Champignons (*1 3 L), Stampfkartoffeln (*2 3 G), Dessert 417KJ, 113Kcal, 5F, 2,4ges.F, 9KH, 1,6Z, 8E, 0,8S			

Menükarte I
26.03.2018 – 08.04.2018

KW 13/14

Änderungen vorbehalten.

5 0 J A H R E
ESSEN
AUF RÄDERN



Osterode-MM

Bitte ausfüllen:

.....
Name

.....
Straße

.....
PLZ/Ort

.....
Telefon

