

# 11.

	Leichte Kost (blau)	Deftiger Eintopf (silber)	Menü 1 (schwarz)	Menü 2 (grün)	Menü 3 (rot)	Dessert	Kaltmenü	Salatteller
	8,20 €	7,20 €	7,70 €	7,90 €	8,30 €	0,90 €	6,90 €	6,90 €
<b>Montag</b> 12.03.	<b>Geflügelfrikassee</b> mit Spargel dazu Stampfkartoffeln & Schokopudding (A,C,G,I) KJ 2917 / kcal 698 / BE 3,5 / E 38,8 / KH 42,3 / F 20,6	<b>Kartoffelsuppe</b> mit Bockwurst <sup>2,3</sup> & Schokopudding (A,A1,C,G,I) KJ 3017 / kcal 722 / BE 4,4 / E 22,2 / KH 53,3 / F 46,4	<b>Schnittlauchquark</b> mit Butter & Salzkartoffeln dazu Frischobst (A,G) KJ 2358 / kcal 564 / BE 5,0 / E 30,9 / KH 60,5 / F 17,9	<b>2 Leberknödel</b> mit Röstzwiebeln an Sauerkraut <sup>2,3</sup> dazu Kartoffelpüree (A,A1,C,G,L) KJ 3317 / kcal 794 / BE 4,9 / E 22,8 / KH 59,1 / F 50,6	<b>Harzer Kräuterbraten</b> mit Mischpilzen & Kartoffelklöße halb+halb (A,A1,C,G,I,J) KJ 2407 / kcal 576 / BE 2,4 / E 27,5 / KH 28,3 / F 36,9	<b>Fruchtjoghurt (G)</b> KJ 343 / kcal 82 / BE 1,4 / E 3,0 / KH 17,2 / F 0,1	<b>Hirtenrolle<sup>4</sup></b> (Hack vom Schwein mit Frischkäsefüllung) mit Specksalat <sup>2</sup> & Garnitur (A,A1,C,F,G,I) KJ 3180 / kcal 761 / BE 4,6 / E 29,3 / KH 55,4 / F 35,1	<b>Salat "Palermo"</b> Eisbergsalat, Orangen, roher Schinken <sup>2,3</sup> & Americandressing (C,G,J)
<b>Dienstag</b> 13.03.	<b>Blumenkohl</b> mit Hackfleisch (mit Käse überbacken) dazu Kartoffelpüree (A,A1,A2,C,G,L) KJ 3644 / kcal 872 / BE 5,1 / E 21,7 / KH 60,7 / F 30,6	<b>Linseneintopf "süß-sauer"</b> mit Rotwurst <sup>2,3,8</sup> (A,C,G,I,J) KJ 2646 / kcal 633 / BE 5,6 / E 41,7 / KH 67,0 / F 19,0	<b>Backfisch</b> mit Kräuterrahmsauce dazu Kartoffelpüree & Gurkensalat (A,A1,C,D,G,I,L) KJ 2364 / kcal 566 / BE 4,0 / E 11,6 / KH 47,7 / F 35,1	<b>2 Gemüse - Geflügel-frikadellen</b> mit Bratensauce dazu Butterreis & Möhren - Apfelrohkost (A,A1,A2,C,G,I) KJ 3027 / kcal 724 / BE 9,3 / E 14,5 / KH 112,0 / F 28,1	<b>Geschmortes Haxenfleisch</b> mit Sauerkraut <sup>2,3</sup> & Salzkartoffeln (A,A1,C,G,I,J) KJ 2292 / kcal 548 / BE 3,0 / E 35,3 / KH 36,1 / F 28,7	<b>Ananaskompott</b> KJ 285 / kcal 68 / BE 1,3 / E 0,4 / KH 15,0 / F 0,1	<b>Hähnchenbrust</b> mit Majonäsesalat & Garnitur (C,F,G,J) KJ 2211 / kcal 529 / BE 3,8 / E 28,7 / KH 45,1 / F 16,7	<b>Salat "Prinzeß"</b> gemischer Salat mit Schinken <sup>2,3</sup> - Spargelröllchen & Buttermilchdressing <sup>3</sup> (C,G,J)
<b>Mittwoch</b> 14.03.	<b>Schweinerückensteak</b> in Rahmsauce dazu Kaisergemüse & Salzkartoffeln (A,A1,C,F,G,I) KJ 2793 / kcal 668 / BE 4,5 / E 40,3 / KH 53,7 / F 31,6	<b>Kürbiseintopf</b> mit Kasselerfleisch <sup>2,3</sup> (A,C,G,I,L) KJ 1928 / kcal 461 / BE 2,1 / E 14,5 / KH 24,6 / F 22,9	<b>Schokoladensuppe</b> mit Zwieback dazu 1 Banane (A,A1,F,G) KJ 2563 / kcal 613 / BE 10,4 / E 19,3 / KH 124,3 / F 2,7	<b>3 Hackfleischklößchen</b> in Jägersauce dazu Kartoffelpüree & bunter Bohnensalat (A,A1,A2,C,G,I,L) KJ 2154 / kcal 515 / BE 3,0 / E 30,5 / KH 35,6 / F 20,7	<b>Puten - Cordon bleu<sup>2</sup></b> mit Geflügelsauce dazu Buttermöhren & Salzkartoffeln (A,A1,C,G,I) KJ 2464 / kcal 589 / BE 5,0 / E 26,8 / KH 60,0 / F 41,5	<b>Haselnusspudding (G)</b> KJ 493 / kcal 118 / BE 1,4 / E 2,8 / KH 16,5 / F 4,5	<b>Nudelsalat</b> mit Räucherlachs & Garnitur (A,A1,C,D,G,I,J) KJ 3059 / kcal 732 / BE 6,6 / E 13,5 / KH 79,1 / F 27,0	<b>Salat "Fagioli"</b> Thunfisch, rote & weiße Kidney - Bohnen, rote Zwiebeln & Americandressing (C,D,G,J)
<b>Donnerstag</b> 15.03.	<b>Züricher Schweinegeschnetzeltes</b> mit Brokkoli & Kartoffelpüree (A,A1,A2,C,F,G,I,L) KJ 2396 / kcal 573 / BE 2,9 / E 34,1 / KH 34,3 / F 31,1	<b>Graupeneintopf</b> mit Rindfleisch & Gemüse dazu Fruchtojoghurt (A,A2,C,G,I) KJ 1833 / kcal 439 / BE 5,0 / E 26,5 / KH 60,5 / F 9,3	<b>2 gekochte Eier</b> in Senfrahmsauce dazu Salzkartoffeln & Mischsalat mit Joghurtdressing (A,C,G,I,J) KJ 1963 / kcal 470 / BE 3,8 / E 22,3 / KH 45,2 / F 23,0	<b>Schweinebraten</b> mit Sauce dazu Kohlrabigemüse & Salzkartoffeln (A,A1,C,G,I,J) KJ 2172 / kcal 520 / BE 5,0 / E 36,1 / KH 60,3 / F 38,6	<b>Schlachteplatte 2,3</b> (Rot- & Bregenwurst, Wellfleisch) dazu Sauerkraut <sup>2,3</sup> & Salzkartoffeln (A,C,G,I) KJ 3226 / kcal 772 / BE 2,8 / E 46,4 / KH 33,6 / F 67,7	<b>Schwarzwälder Kirschpudding (G)</b> KJ 624 / kcal 149 / BE 2,1 / E 3,9 / KH 24,6 / F 3,8	<b>Schweineschnitzel</b> dazu Buttermilchkartoffeln & Gurkensalat -natur- (A,A1,C,G) KJ 2563 / kcal 613 / BE 5,4 / E 30,4 / KH 65,3 / F 22,6	<b>"Chefsalat"</b> Blattsalat, Käse <sup>2</sup> , Ei, Schinken <sup>2,3</sup> & Frenchdressing (A,A2,C,G,J)
<b>Freitag</b> 16.03.	<b>Pangasiusfilet -natur-</b> in Dillrahmsauce dazu Salzkartoffeln & Gurkensalat (A,C,D,G,I) KJ 1652 / kcal 395 / BE 3,3 / E 28,8 / KH 39,2 / F 12,8	<b>Hexensuppentopf</b> mit Schweinefleisch & 1 Brötchen (A,A1,F,G) KJ 2527 / kcal 605 / BE 5,6 / E 32,6 / KH 66,9 / F 22,1	<b>Harzer Schwärtel</b> dazu Salzkartoffeln & Gewürzgurke KJ 1972 / kcal 472 / BE 3,1 / E 32,0 / KH 36,6 / F 20,9	<b>Würzfleisch vom Geflügel</b> dazu Gemüseries (mit Erbsen & Karotten) & Frischobst (A,A1,C,G,I) KJ 3041 / kcal 728 / BE 7,3 / E 30,4 / KH 88,1 / F 27,5	<b>Schweineschnitzel</b> mit Sauce dazu Erbsengemüse & Salzkartoffeln (A,A1,C,G,I) KJ 2600 / kcal 622 / BE 6,1 / E 34,9 / KH 72,7 / F 18,4	<b>Fruchtquark</b> Tropical (G) KJ 509 / kcal 122 / BE 1,3 / E 9,0 / KH 15,5 / F 2,3	<b>Bunter Kartoffelsalat<sup>9</sup></b> mit Würstchenscheiben <sup>2,3</sup> & Garnitur (A,C,G,I,J) KJ 2248 / kcal 538 / BE 3,9 / E 14,0 / KH 47,2 / F 20,5	<b>Salat "Roma"</b> Eisberg- & Friseesalat, Mozzarella, Tomate & Joghurt - Kräuterdressing (C,G,J)
<b>Samstag</b> 17.03.	<b>Sauerbraten vom Rind</b> mit Schwarzwurzelgemüse & Salzkartoffeln (A,A1,C,G,I) KJ 1557 / kcal 372 / BE 3,4 / E 28,2 / KH 40,3 / F 8,7	<b>Bunter Gemüsetopf</b> mit Hackbällchen (A,A1,C,G,I) KJ 1364 / kcal 326 / BE 3,1 / E 11,5 / KH 37,3 / F 13,8	<b>Geflügelfrikadelle</b> mit Geflügelsauce dazu Pariser Karotten & Salzkartoffeln (A,A1,C,G,I,J) KJ 2411 / kcal 577 / BE 4,8 / E 21,3 / KH 57,9 / F 24,5	<b>Kasselerlachsbraten</b> mit Sauce dazu Bohnengemüse & Salzkartoffeln (A,A1,A2,C,G,I) KJ 1871 / kcal 448 / BE 3,8 / E 25,0 / KH 45,5 / F 17,5	<b>Quark - Sahne - Creme (G)</b> KJ 876 / kcal 210 / BE 1,3 / E 6,0 / KH 15,2 / F 13,9	<b>Mirabellenkompott</b> KJ 178 / kcal 43 / BE 0,9 / E 0,2 / KH 10,1 / F 0,1		
<b>Sonntag</b> 18.03.	<b>Hähnchenbrust</b> in Rosmarinrahm dazu Fingermöhren & Butterkartoffeln (A,A1,G) KJ 1930 / kcal 462 / BE 3,6 / E 28,6 / KH 43,7 / F 17,9		<b>Szegediner Gulasch</b> mit Schweinefleisch dazu Salzkartoffeln & Schokopudding (A,A1,F,G) KJ 2300 / kcal 550 / BE 4,7 / E 33,4 / KH 56,9 / F 20,2					

ORIGINAL  
**ESSEN**  
AUF RÄDERN

### 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

Änderungen vorbehalten.



Telefon 05522 9077-10

**Nährwertangaben**  
 KJ = Kilojoule  
 Kcal = Kilokalorien  
 KH = Kohlenhydrate  
 BE = Broteinheiten  
 Z = Zucker  
 E = Eiweiß  
 S = Salz  
 F = Fett  
 Angaben in Gramm (g)  
 Alle Angaben beziehen sich auf das gesamte Menü (ohne Dessert)

**Ab sofort auch  
Mini Menü  
auf gesondertem Plan**



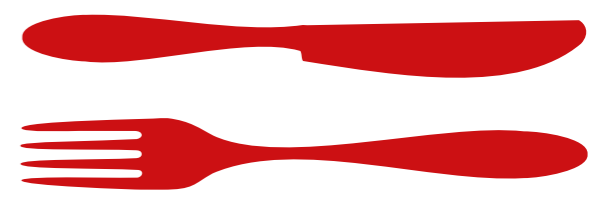
Inhaltsstoffe: 1-mit Farbstoff | 2-mit Konservierungsmittel | 3-mit Antioxidationsmittel | 4-mit Geschmacksverstärker | 8-mit Phosphat | 9-mit Süßungsmittel | 12-mit Alkohol / Allergene: A-Gluten | A1-Weizen | A2-Gerste | A3-Roggen | A4-Hafer | B-Krebstiere | C-Eier | D-Fische | E-Erdnüsse | F-Soja | G-Milch | H-Schalenfrüchte | H1-Haselnuss | I-Sellerie | J-Senf | K-Sesam | L-Schwefeldioxid & Sulphit | M-Lupinen | N-Weichtiere

12.

	Leichte Kost (blau)	Deftiger Eintopf (silber)	Menü 1 (schwarz)	Menü 2 (grün)	Menü 3 (rot)	Dessert	Kaltmenü	Salatteller
	8,20 €	7,20 €	7,70 €	7,90 €	8,30 €	0,90 €	6,90 €	6,90 €
<b>Montag</b> 19.03.	<b>Eier - Omelette</b> an Rahmspinat dazu Salzkartoffeln (A,A1,C,G,I) KJ 1650 / kcal 395 / BE 3,1 / E 23,5 / KH 37,6 / F 15,2	<b>Linseneintopf</b> mit Kasselerfleisch2,3 & Fruchtojoghurt (A,C,G,I) KJ 2292 / kcal 548 / BE 5,9 / E 34,0 / KH 70,8 / F 11,7	<b>Currywurst 2,3</b> mit Tomatensauce dazu Reis & Möhrenrohkost (A,A1,C,G,I) KJ 2977 / kcal 712 / BE 8,1 / E 20,6 / KH 96,9 / F 31,3	<b>Pökelnacken2</b> mit Meerrettichsauce dazu Salzkartoffeln & Rote Bete - Salat9 (A,A1,A2,C,G,I) KJ 2283 / kcal 546 / BE 3,8 / E 7,7 / KH 45,7 / F 6,7	<b>Gebratenes Putensteak</b> in Pfefferrahmsauce dazu Butternudeln & Möhrensalat (A,A1,C,F,G,I) KJ 2848 / kcal 681 / BE 10,0 / E 34,1 / KH 119,5 / F 34,2	<b>Fruchtquark</b> Pflirsich - Maracuja (G) KJ 502 / kcal 120 / BE 1,2 / E 5,7 / KH 14,1 / F 4,2	<b>Brathering9</b> mit Kartoffelsalat9 & Garnitur (A,A1,D,J) KJ 3201 / kcal 766 / BE 4,9 / E 21,0 / KH 58,7 / F 32,0	<b>Salat "Venezia"</b> Blattsalat, Paprika, Karotten, Perlzwiebeln, Hähnchenbruststreifen & Italiendressing (J)
<b>Dienstag</b> 20.03.	<b>Hähnchenbrust</b> in Rahmsauce dazu Marktgemüse & Petersilienkartoffeln (A,C,G,I) KJ 1623 / kcal 388 / BE 3,6 / E 30,0 / KH 43,2 / F 9,3	<b>Ukrainische Soljanka 2,3</b> dazu 1 Brötchen KJ 2903 / kcal 694 / BE 3,8 / E 16,8 / KH 45,9 / F 32,3	<b>Sahne - Möhren</b> mit Hackfleisch vom Schwein dazu Salzkartoffeln & Frischobst (A,A1,C,G,I) KJ 2544 / kcal 609 / BE 5,0 / E 6,9 / KH 60,3 / F 9,1	<b>Wirsing-kohlroulade</b> dazu Bratensauce & Salzkartoffeln (A,A1,C,G,I) KJ 2905 / kcal 695 / BE 4,4 / E 18,1 / KH 53,1 / F 30,9	<b>3 vegetarische Gemüsebällchen</b> mit Kräuterrahmsauce dazu Kartoffelpüree & Quarkspeise (A,A1,C,F,G,I,L) KJ 2403 / kcal 575 / BE 5,6 / E 30,7 / KH 67,4 / F 19,0	<b>Pflirsichwürfel</b> KJ 342 / kcal 82 / BE 1,7 / E 0,6 / KH 19,8 / F 0,1	<b>Hähnchendöner</b> mit Zaziki, Krautsalat & Fladenbrot (A,A1,F,G,I,K) KJ 3642 / kcal 871 / BE 4,6 / E 40,2 / KH 55,4 / F 34,1	<b>Salat "Feinschmecker"</b> Eisbergsalat, Gurke, Mais, Ei, Kidneybohnen & Buttermilchdressing3,9 (C,G,J)
<b>Mittwoch</b> 21.03.	<b>Alaska - Seelachsfilet</b> in Kräutersauce dazu Erbsen - Möhrengemüse & Salzkartoffeln (A,C,D,G,I) KJ 1674 / kcal 400 / BE 3,7 / E 28,7 / KH 44,8 / F 10,6	<b>Nudelsuppe</b> mit Rindfleisch dazu 1 Malzkrustenbrötchen (A,A1,A2,A3,C,G,I,K,M) KJ 1622 / kcal 388 / BE 4,3 / E 24,1 / KH 51,4 / F 8,9	<b>Milchreis</b> mit Zucker, Zimt & Apfelmus3 (G) KJ 2174 / kcal 520 / BE 7,5 / E 11,5 / KH 89,4 / F 12,3	<b>Schweinekopfsülze</b> mit Remouladensauce, Bratkartoffeln dazu Tomatensalat (A,A1,C,G,I,J) KJ 3119 / kcal 746 / BE 5,8 / E 18,4 / KH 69,2 / F 40,5	<b>Putenwürfel</b> mit Champignons in Rahmsauce dazu Kartoffelpüree (A,A1,G,L) KJ 1778 / kcal 425 / BE 3,4 / E 42,4 / KH 40,4 / F 9,3	<b>Edel - Schokopudding (G)</b> KJ 610 / kcal 146 / BE 1,7 / E 3,2 / KH 20,9 / F 5,2	<b>Hackfleischtaler</b> mit Reissalat (mit Majonäse & Paprika) & Garnitur (A,A1,C,J) KJ 3344 / kcal 800 / BE 6,1 / E 17,9 / KH 73,6 / F 38,1	<b>Florentiner Salat</b> Eisbergsalat, Tomate, Mais, Radieschen, Kasselerstreifen2,3 & Kräuterdressing
<b>Donnerstag</b> 22.03.	<b>Putenstreifen "Gärtnerin Art"</b> mit Sommergemüse dazu Reis (A,A1,C,F,G,I) KJ 1646 / kcal 394 / BE 4,2 / E 25,2 / KH 50,7 / F 9,7	<b>Erbseintopf</b> mit Kasselerfleisch2 & Fruchtojoghurt (A,C,G,I) KJ 2747 / kcal 657 / BE 5,2 / E 37,9 / KH 66,5 / F 25,9	<b>Nudeln</b> dazu Tomatensauce mit Wursteinlage2,3 dazu Weißkohl-Möhrensalat mit Mandarinen (A,A1,C,G,I,J) KJ 2781 / kcal 665 / BE 7,1 / E 29,3 / KH 85,1 / F 21,8	<b>Rostbratwurst8</b> dazu Sauerkraut2,3 & Kartoffelpüree (A,A1,C,G,I,J,L) KJ 2766 / kcal 662 / BE 3,3 / E 27,7 / KH 39,5 / F 43,1	<b>Fischfilet - natur-</b> mit Fisch - Dillsauce dazu Kartoffelpüree & Gurkensalat (A,A1,A2,C,D,G,I,L) KJ 1762 / kcal 422 / BE 2,7 / E 28,9 / KH 32,3 / F 10,5	<b>Fruchtcocktail</b> KJ 290 / kcal 69 / BE 1,3 / E 0,4 / KH 15,7 / F 0,1	<b>Hähnchenkeule</b> mit Majonäsesalat & Garnitur (C,J) KJ 3136 / kcal 750 / BE 3,6 / E 51,2 / KH 43,3 / F 32,2	<b>Salat "Hawaii"</b> Eisbergsalat, Radicchio, Ananas & Zitronendressing
<b>Freitag</b> 23.03.	<b>Kartoffelgratin</b> mit Hackbällchen & Gemüse (A,A1,C,G,I,J) KJ 3163 / kcal 757 / BE 4,2 / E 23,5 / KH 50,9 / F 48,6	<b>Mexikanischer Bohneintopf</b> mit Rindfleisch (A,A1,C,G,I) KJ 1387 / kcal 332 / BE 2,8 / E 25,4 / KH 33,1 / F 8,2	<b>Rührei</b> mit Petersiliensauce dazu Salzkartoffeln & Frischobst (A,A1,A2,C,G,I) KJ 2462 / kcal 589 / BE 4,9 / E 22,8 / KH 59,5 / F 27,7	<b>Hähnchenschnitzel</b> mit Geflügelsauce dazu Mischgemüse & Salzkartoffeln (A,A1,A2,C,F,G,I) KJ 2218 / kcal 531 / BE 5,1 / E 23,2 / KH 60,9 / F 18,2	<b>Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art"</b> dazu Reis & Zazikisalat (A,A1,C,G,I) KJ 3434 / kcal 822 / BE 7,4 / E 38,7 / KH 88,3 / F 57,8	<b>Buttermilchdessert (G)</b> KJ 312 / kcal 75 / BE 1,2 / E 2,8 / KH 14,2 / F 0,4	<b>Fleischwurstsalat 2,3</b> mit Baguettbrötchen & Garnitur (A,A1,C,G,J) KJ 2818 / kcal 674 / BE 4,9 / E 23,2 / KH 58,3 / F 27,2	<b>Salat "Sarandana"</b> gemischter Salat mit Frischkäse, Croutons & Joghurt-dressing (A,A1,C,G,J)
<b>Samstag</b> 24.03.	<b>Schweinelachsbraten</b> mit Bratensauce, Kaisergemüse & Petersilienkartoffeln (A,A1,C,G,I,J) KJ 2178 / kcal 521 / BE 3,3 / E 7,0 / KH 40,0 / F 5,0	<b>Kartoffelsuppe</b> mit 2 Wiener Würstchen2,3,8 (A,C,G,I,J) KJ 3042 / kcal 728 / BE 4,0 / E 34,0 / KH 47,7 / F 44,2	<b>Pilzpfanne</b> mit Schinkenstreifen2,3 dazu Spätzle & Fruchtojoghurt (A,A1,C,F,G) KJ 2882 / kcal 689 / BE 8,0 / E 30,7 / KH 95,4 / F 14,9			<b>Birnenkompott</b> KJ 246 / kcal 59 / BE 1,1 / E 0,3 / KH 13,0 / F 0,1		
<b>Sonntag</b> 25.03.	<b>Rinderbraten</b> mit Sauce dazu Mischgemüse & Kartoffelklöße (A,A1,C,G,I) KJ 2105 / kcal 504 / BE 3,8 / E 30,6 / KH 45,9 / F 20,4		<b>Krautnudeln</b> mit Bauchspeck2,3,8 & Schweinehackfleisch (A,A1,C,G,I) KJ 4045 / kcal 968 / BE 6,7 / E 17,4 / KH 80,9 / F 35,6	<b>Schweinekammbraten</b> mit Rahmsauce dazu Rotkohl9 & Salzkartoffeln (A,A1,C,G,I,J) KJ 2640 / kcal 632 / BE 3,8 / E 33,6 / KH 45,8 / F 34,4		<b>Mousse au Stracciatella (G)</b> KJ 575 / kcal 138 / BE 1,2 / E 3,2 / KH 14,7 / F 7,2		



5 0 J A H R E  
**ESSEN**  
 AUF RÄDERN



Änderungen vorbehalten.

Sehr geehrte Damen und Herren,  
 die Desserts auf dieser Speisekarte werden nur im Zusammenhang mit einer warmen Menübestellung mitgeliefert und können nicht als Einzelbelieferung erfolgen.  
 Ob ein warmes Gericht von Speiseplan I oder Speiseplan II bestellt wird ist jedoch egal.  
 Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Osterode-Osth  
 Bitte ausfüllen:  
 Name .....  
 Straße .....  
 PLZ/Ort .....  
 Telefon .....

