12.	Tagesmenü M1 € 9,40	Diabetiker M2 € 9,40	Schonkost M3 € 9,40	Feinschmecker M4 € 10,30	Vegetarisch M5 € 9,00	Süßspeise M8 € 9,00	Spezielles und Regionales M10 € 9,55
Montag 18.3.	**Hähnchenfilet** in feiner Sahnesauce, dazu Nudeln und Brokkoli	**Kräuterbratwurst** in leckerer Sauce mit Möhren-Mais-Gemüse und Salzkartoffeln	**Nasi Goreng** Reis mit chinesischem Gemüse und zartem Hähnchenfleisch	**Schweineroulade** Hausfrauen Art mit Gurkensauce, Rotkohl und Salzkartoffeln **+ € 0,70**	**Gefüllte Paprikaschote** mit fruchtiger Tomatensauce und feinem Butterreis	**Milchreis** mit heißen Kirschen	**Grünkohlplatte** Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln **+ € 1,55**
Dienstag 19.3.	**Wiegebraten (Hackbraten)** in delikater Sauce mit Rosenkohl und Kartoffelpüree	**Hähnchenkeule** in Geflügelsauce mit Kohlrabigemüse dazu Salzkartoffeln	**Gebackener Fleischkäse** in pikanter Sauce mit feinem Mischgemüse dazu Salzkartoffeln	**Zartes Geflügelfilet Alfredo** in Käsecremesauce dazu Gemüsespaghetti	**Bunte Kartoffelpfanne** mit Blattspinat und feinem Käse überbacken	**Quarkstrudel** mit Vanillesauce	**3 Matjesfilets** mit Zwiebelringen, dazu Speckbohnen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie
Mittwoch 20.3.	**Heiße Fleischwurst** mit Sauerkraut und Püree	**Geflügelfrikadelle** in feiner Sauce mit zartem Kaisergemüse und Reis	**Fischstäbchen** mit Rahmspinat und Kartoffelpüree	**Herzhafter Spießbraten** auf Zwiebelgemüse dazu Paprikakartoffeln und Gurken-Radieschen-Salat	**Chili sin Carne** vegetarisches Chili mit Reis	**Griesflammeri** Baden-Baden mit Fruchtsoße	**3 Matjesfilets** mit Zwiebelringen, dazu Speckbohnen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie
Donnerstag 21.3.	**Hackfleischbällchen Schwedische Art** in brauner Sauce mit Mischgemüse und Nudeln	**Gebackener Seelachs** mit fruchtiger Tomatensauce und Frühlingspüree	**Original Hähnchen-Döner-Teller** mit Reis, Sauce und Krautsalat	**Rinderschmorbraten** mit Sauce dazu Pariser Karotten und Kräuterkartoffeln **+ € 0,70**	**Brokkoliröschen** mit gerösteten Mandeln in Sauce Holländische Art und Petersilienkartoffeln	**Eierpfannkuchen** mit Rosinen und Apfelfüllung dazu Vanillesauce	**2 kleine Rinderrouladen „Hausfrauen Art“** (m. Speck, Gurke, u. Zwiebeln gef.) in typ. Soße, dazu Leipz. Allerlei u. Salzkartoff. **+ € 1,95**
Freitag 22.3.	**Gemischte Vollkornspirelli Bolognese** vom Rind und Geflügel dazu Gurkensalat	**Schweinerückenbraten** in brauner Sauce mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln	**Buntes Hühnerfrikassee** mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis	**Seelachsfilet** gedünstet mit Kräuterbuttersauce, Blumenkohl und Möhren, dazu Salzkartoffeln **+ € 0,70**	**Leckeres Paprikagemüse** mit Risotto (Reis)	**Sahnegrießbrei** mit Waldfrüchten	**2 kleine Rinderrouladen „Hausfrauen Art“** (m. Speck, Gurke, u. Zwiebeln gef.) in typ. Soße, dazu Leipz. Allerlei u. Salzkartoff. **+ € 1,95**
Samstag 23.3.	**Pikantes Gulasch** vom Schwein mit Mischgemüse und Kartoffeln	**Kräftiger Hühnersuppeneintopf** mit buntem Gemüse	**Spaghetti** in Curryrahm und buntem Gemüse	**Zarter Schweine-rückenbraten** in Rahmsauce mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln		**Milchreis** mit Zimtpflaumenkompott	**Grünkohlplatte** Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln **+ € 1,55**
Sonntag 24.3.	**Wiener Sahneleber** mit Champignons, zartem Erbsengemüse und Butterpüree	**Rinderhacksteak** mit Pariser Karotten und Kartoffeln	**Tortellini Vegetarische Art** in fruchtiger Tomatensauce	**Lachsfilet** an Berner Sauce mit Kartoffeln dazu Blattspinat **+ € 0,70**		**Germknödel** mit Vanillesauce	**Grünkohlplatte** Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln **+ € 1,55**

Änderungen vorbehalten.

ORIGINAL
ESSEN
AUF RÄDERN

vom Paritätischen Friesland:

- 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:

- Fahrdienst
- Freiwilligenagentur
- Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen
- u.v.m.

PARITÄT

Hauptgeschäftsstelle Varel
Zum Jadebusen 12,
26133 Varel-Langendamm
Geschäftsstelle Jever
Mühlenstraße 20, 26441 Jever

Varel, WHV: 04451 9146-24, Petra.Kirchhoff@paritaetischer.de
Jever: 04461 9302-0, Michael.Rumpf@paritaetischer.de

Bestell- und Lieferbedingungen

Bitte geben Sie Ihre Bestellung rechtzeitig auf, und zwar:

- für die Lieferung an einem Werktag bis spätestens um 12.00 Uhr vor dem Liefertag
- für das Wochenende bis spätestens am Donnerstag vor dem Wochenende
- an den Liefertagen, sowie an Wochenenden und Feiertagen sind **keine** Ab- und Umbestellungen möglich
- die Heißauslieferung am Wochenende oder Feiertag erfolgt gegen einen Aufpreis von 1,00 €
- alle Preise incl. MwSt.

GLORIA Menü-Bringdienst mit bester Essensqualität, bester Auswahl und zuverlässigster Lieferzeit!

Der Paritätische Wohlfahrtsverband Friesland und der GLORIA Menü-Bringdienst sind seit dem 6. Mai 2019 Kooperationspartner, wobei GLORIA die Herstellung und der Paritätische Friesland die Verbringung im Landkreis Friesland und der Stadt Wilhelmshaven veranlasst und organisiert.
Die Stiftung Warentest hat im Sommer 2011 sechs Menüdienste getestet, die täglich Mittagessen an Privathaushalte in Berlin liefern. GLORIA Menü-Bringdienst wurde hierbei mit dem Qualitätsurteil „gut (2,5)“ ausgezeichnet und am besten bewertet, gemeinsam mit einem weiteren Anbieter. Die anderen vier Menüdienste erhielten lediglich das Qualitätsurteil „befriedigend“.
Hervorgehoben wurde die ernährungsphysiologische Qualität der GLORIA Menüs (u.a. Fett-, Salz-, Vitamingehalt, Auswahl und Vielfalt), die nur bei GLORIA Menü-Bringdienst mit der Note „gut“ beurteilt wurde. Sie sehen: **Der Paritätische Friesland** setzt zum Wohle seiner Kunden nur auf ausgewählte Anbieter, die den qualitativen Vorgaben des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes voll und ganz entsprechen. Sie haben eine gute Wahl getroffen!

Speiseplan_Friesland_KW_12_13_blau.indd 1 26.02.24 09:31

13.	Tagesmenü M1 € 9,40	Diabetiker M2 € 9,40	Schonkost M3 € 9,40	Feinschmecker M4 € 10,30	Vegetarisch M5 € 9,00	Süßspeise M8 € 9,00	Spezielles und Regionales M10 € 9,55
Montag 25.3.	**Hamburger Rinderfrikadelle** in Pfefferrahmsauce mit Rotkohl und Kartoffeln	**Nürnberger Rostbratwürstchen** auf Sauerkraut und Kartoffelpüree	**Deftige Kohlroulade** in Speck-Zwiebel-Sauce mit Salzkartoffeln	**Gebratenes Hähncheninnenfilet** in feiner Sauce mit Nudeln und Romanescogemüse	**Schweizer Kartoffelrösti** mit zartem Blattspinat und Gorgonzolakäsesauce	**Milchreis** mit Erdbeer-Rhabarberkompott	**Bremer Knipp** dazu Salzkartoffeln und Apfelmus (kalt)
Dienstag 26.3.	**Linseneintopf** mit Geflügelbockwurst	**Bunte Gemüseplatte** mit holländischer Sauce und Kräuterkartoffeln	**Geflügelkräuter-bällchen** in würziger Currysauce mit Mischgemüse und Reis	**Rheinischer Sauerbraten** mit Gabelspaghetti und Apfelmus + € 0,70	**Gemüsebratwurst** in pikanter Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln	**Eierpfannkuchen** mit Apfelkompott	**Bremer Knipp** dazu Salzkartoffeln und Apfelmus (kalt)
Mittwoch 27.3.	**Bunte Reispfanne mit Hähnchenfleisch** und Gemüse dazu würzige Tomatensauce	**Frikadelle** auf Wirsinggemüse dazu Salzkartoffeln	**Paniertes Fischfilet** in feiner Kerbelsauce mit Zucchinigemüse und Reis	**Jägerschnitzel mit Pilzen in Rahm** mit Butterkartoffeln und Möhrensalat	**Käsetortellini** mit feiner Tomatenkräutersauce und Möhrensalat	**Feiner Grießbrei** mit roter Grütze	**Grünkohlplatte** Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 1,55
Donnerstag 28.3. Gründonnerstag	**Frische Reibekuchen** mit leckerem Apfelmus	**Gutsherrentopf** kräftiger Gemüsetopf mit Kasselerfleisch	**Hamburger Heringsstipp** in Sahne mit Apfel-Gurken-Würfel dazu Petersilienkartoffeln	**Rindersaftgulasch** mit Apfelrotkohl und Kartoffelknödeln	**Eieromelette** mit Kräutersauce, zartem Brokkoligemüse und Salzkartoffeln	**Süße Milchnudeln** mit heißen Kirschen	**Grünkohlplatte** Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 1,55
Freitag 29.3. Karfreitag	**Geschnetzeltes** vom Kalb Züricher Art in Pilzrahmsauce mit Erbsengemüse und Langkornreis	**Fleischbällchen** in pikanter Sauce mit Blumenkohlgemüse und Kartoffelpüree	**Chinesische Nudelpfanne** mit zartem Hähnchenfleisch	**Feines Seefischfilet (paniert)** in fruchtiger Zitronensauce mit Pariser Karotten und Petersilienkartoffeln + € 0,70	**Farfalle (Nudeln)** in pikanter Pestosauce dazu Rohkostsalat	**Feiner Milchreis** mit Zimtzucker und Apfelkompott	**Gebratenes Rotbarschfilet** natur mit Remouladensoße, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 1,55
Samstag 30.3.	**Bunter Gemüseeintopf** der Saison mit Geflügelwurstwürfeln	**Feine Bratwurst** in Sauce, mit zartem Erbsen- und Möhrengemüse, dazu Kartoffeln	**Gemüseschnitzel** mit Kräutersauce, dazu Gemüsereis	**Hähnchensteaks** in Estragonsauce mit Romanescogemüse und Salzkartoffeln		**Pfannkuchen** mit Rosinen und Quarkfüllung, dazu Zimtzucker	**Gebratenes Rotbarschfilet** natur mit Remouladensoße, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 1,55
Sonntag 31.3. Ostersonntag	**Geflügel-Cordon bleu** in feiner Sauce, dazu Bohnengemüse und Kartoffeln	**Zartes Wildgulasch mit Waldpilzsauce** dazu Kaisergemüse und Schupfnudeln	**Gemüse-Ragout** mit Möhren, Paprika und Bohnen in Curry-Kokos-Sauce, dazu Basmatireis	**Schweinefilet** in Champignonsauce mit Rotkohl und Spätzle		**Quarkkeulchen** mit Rosinen in Vanillesauce	**Lammkeulenbraten** in typischer Soße mit Tomate und Kräutern, dazu Kürbis-Kartoffelpüree und Tomatensalat + € 1,55

Änderungen vorbehalten.

Menükarte

18.3.2024 – 31.3.2024

KW 12/13

50 JAHRE

ESSEN AUF RÄDERN

DER PARITÄTISCHE

Zusatzstoffe:
1 = mit Farbstoff , 2 = mit Konservierungsstoff , 3 = mit Antioxidationsmitteln, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = mit Phosphat, 8 = mit Süßungsmitteln, 9 = enthält eine Phenylalaninquelle; Dessert mit Farbstoff (Diabetiker mit Süßungsmitteln)

Allergene:
A = Glutenhaltiges Getreide/-erzeugnisse, B = Krebstiere/-erzeugnisse, C = Eier/-erzeugnisse, D = Fisch/-erzeugnisse, E = Erdnüsse/-erzeugnisse, F = Soja/-erzeugnisse, G = Milch/-erzeugnisse, H = Schalenfrüchte, I = Sellerie/-erzeugnisse, J = Senf/-erzeugnisse, K = Sesamsamen/-erzeugnisse, L = Schwefeldioxid und Sulfite, M = Lupine/-erzeugnisse, N = Weichtiere/-erzeugnisse; X = siehe Aufdruck – Alle Speisen können Spuren dieser Allergene (außer Lupine, Weichtiere und deren Erzeugnisse) enthalten.

Nährwertangaben = Ca.-Werte/Menü ohne Salat, Dessert

Friesland-TK

Bitte ausfüllen:

Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon