

	Klassiker	Kräftig & Deftig	Leicht & bekömmlich	Vegetarisch	Mini-Mahl	Kühl & Lecker	Salat "fit for fun"	
	6,90 €	6,90 €	6,90 €	6,70 €	6,30 €	6,30 €	5,45 €	
<b>Montag</b> 22.10.	<b>Gebratene Nudeln (*Aa)</b> mit Hackfleisch (*S), Zwiebeln & Tomaten-Sahnesauce (*G), Dessert 551KJ, 132Kcal, 5F, 1,7ges.F, 16KH, 1,6Z, 6E, 0,4S	<b>Schweineschnitzel (*Aa/S)</b> mit Kräutersauce, Fingermöhren & Salzkartoffeln, Dessert 415/99KJ/kcal, 3F, 0,9ges.F, 14KH, 2,8Z, 4E, 0,9S	<b>Fischfilet (*D) ged.</b> auf Kokos-Gemüse-Curry (*1) mit Reis, Dessert 429KJ/102Kcal, 2F, 0,6ges.F, 15KH, 1,2Z, 6E, 0,9S	<b>Mediterrane Nudel-Gemüsepfanne (*Aa)</b> mit Paprika, Aubergine, Zucchini, Zwiebel, Tomate & Sauce (*1) Dessert 408KJ/97Kcal, 2F, 0,4ges.F, 17KH, 1,2Z, 3E, 0,4S	<b>"Gaisburger Marsch" Schwäbischer Eintopf</b> mit Spätzle (*Aa/C), Kartoffeln, Röstzwiebeln (*Aa) & Rindfleisch (*G/S), Dessert 288KJ, 69Kcal, 2F, 0,6ges.F, 8KH, 1,6Z, 5E, 7,3S	<b>3 gebratene Fleischklößchen (*S Aa)</b> auf Balkanreis (*1), Krautsalat & Peperoni (*1/3), Tzatziki (*G/L), Dessert 558KJ, 157cal, 8F, 3ges.F, 14KH, 6Z, 8E, 0,7S	<b>Kein Angebot</b>	
<b>Dienstag</b> 23.10.	<b>Gebratene Hähnchenfiletspitzen</b> Chinagemüse (*1 Aa L), Reis, Dessert 387KJ, 93Kcal, 1F, 0,1ges.F, 15KH, 1,6Z, 6E, 0,6S	<b>Hausgemachte Frikadelle (*S Aa)</b> Pfeffersauce (*G), Bohnengemüse, Salzkartoffeln, Dessert 397KJ, 95Kcal, 4F, 1,6ges.F, 9KH, 1,3Z, 5E, 1,0S	<b>Schweinerückenbraten (*S)</b> mit Champignonsauce (*1 3 ), Blumenkohl-Broccoligemüse, Salzkartoffeln, Dessert 315KJ, 75Kcal, 2F, 0,8ges.F, 7KH, 1,5Z, 7E, 1,0S	<b>Tortellini (*Aa C G)</b> mit Käsesauce (*2/G), Dessert 647KJ/155Kcal, 5F, 1,8ges.F, 20KH, 1,1Z, 7E, 0,9S	<b>Eieromelett (*C G)</b> Rahmspinat (*G), Kartoffelpüree, Dessert 427KJ, 102Kcal, 5F, 1,9ges.F, 10KH, 3,1Z, 5E, 1,2S	<b>Gebratene Frikadelle (*S Aa)</b> Zigeunersauce (*1/3/6), Nudelsalat (*1/2/6/Aa/G//J) mit Ei, Dessert 893KJ, 213Kcal, 14F, 5,9ges.F, 15KH, 8,4Z, 7E, 1,6S	<b>Salatplatte "Italia"</b> frische Blattsalate, Tomate, Mozzarella-Scheiben (*G), Basilikum-Dressing, Brötchen (*Aa) 405KJ, 97Kcal, 3F, 1,4ges.F, 15KH, 6,7Z, 4E, 0,3S	
<b>Mittwoch</b> 24.10.	<b>Kräuterbraten vom Schwein (*S)</b> Sauce, Rotkohl (*1 6), Salzkartoffeln, Dessert 412KJ, 98Kcal, 4F, 1,5ges.F, 11KH, 3,0Z, 5E, 1,1S	<b>Bremer Gekochte (*1 3 5 S G)</b> auf Weinkraut (*2 3 G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 554KJ, 132Kcal, 8F, 3,1ges.F, 10KH, 4,1Z, 5E, 1,1S	<b>Hähnchengeschnetzeltes</b> in Estragonsauce (*G) mit Brokkoli & Spätzle (Aa/C), Dessert 403KJ/96kcal, 3F, 0,7ges.F, 10KH, 1,3Z, 7E, 1,0S	<b>Gemüseplatte</b> mit Rosmarinkartoffeln & Kräutersauce (*G), Dessert 242KJ/58Kcal, 1F, 0,3ges.F, 19KH, 1,6Z, 4E, 0,6S	<b>Spaghetti (*Aa)</b> "Carbonara" (*1/3/5/G/S), Dessert 483KJ/115Kcal, 3F, 0,8ges.F, 16KH, 0,7S, 5E, 0,8S	<b>Kasseler (*1 3 5 S)</b> mit Kartoffelsalat (*1 2 6 G J), Ananas, Dessert 503KJ, 120Kcal, 5F, 2,4ges.F, 11KH, 3,6Z, 6E, 1,5S	<b>Schlemmersalat</b> ger. Putenbruststreifen (*1 3 5) auf buntem Salat, French-Dressing (*1 2 6 G J), Brötchen (*Aa) 481KJ, 115Kcal, 5F, 2,0ges.F, 12KH, 3,7Z, 5E, 0,7S	
<b>Donnerstag</b> 25.10.	<b>Schnitzel (*S Aa) "Zigeuner Art"</b> mit Paprika-Zwiebelsauce (*1) & Nudeln (*Aa), Dessert 514KJ, 123Kcal, 3F, 0,9ges.F, 15KH, 2,2Z, 8E, 0,4S	<b>Zarte Scheibe von der Rinderbrust (*5 G)</b> in Meerrettichsauce (*3 8 G L), Möhrengemüse, Püree (*2 3 G), Dessert 394KJ/94Kcal, 4F, 1,5ges.F, 9KH, 4,3Z, 6E, 0,6S	<b>Gedünstetes Fischfilet (*D)</b> mit Dillsauce (*G) & Petersilienkartoffeln, Salat, Dessert 391KJ/93Kcal, 3F, 1,2ges.F, 11KH, 3,4Z, 5E, 0,5S	<b>Nudeln (*Aa)</b> mit Pesto-Sahnesauce (*2/G), Salat, Dessert 398KJ/95Kcal, 2F, 0,7ges.F, 16KH, 3,0Z, 3E, 0,7S	<b>Herzhafter Kartoffel-Wirsing-Eintopf (*1)</b> mit Schweinefleisch (*S), Dessert 226KJ, 54Kcal, 2F, 0,4ges.F, 5KH, 1,1Z, 5E, 0,9S	<b>Hähnchensteak natur</b> gebraten auf buntem Reissalat, Curry-Dip (*1 2 6 G J), Dessert 523KJ, 125Kcal, 6F, 2,5ges.F, 10KH, 2,8Z, 8E, 0,5S	<b>Salat "Tonno" Thunfisch (*D)</b> auf Paprika, Gurkenscheiben, Blattsalate, Thousand-Island-Dressing (*1 2 6 G J), Brötchen (*Aa) 525KJ, 125Kcal, 5F, 2,3ges.F, 15KH, 4,5Z, 5E, 0,9S	
<b>Freitag</b> 26.10.	<b>Gebratene Frikadelle (*S Aa)</b> mit Bratensauce, Erbsengemüse & Risoleekartoffeln, Dessert 530KJ, 127Kcal, 6F, 2,3ges.F, 12KH, 1,4Z, 6E, 0,9S	<b>Geflügelschnitzel (*Aa)</b> mit Champignonsauce (*1 3 G L), Mischgemüse, Reis, Dessert 486KJ, 116Kcal, 5F, 1,2ges.F, 12KH, 1,7Z, 6E, 1,3S	<b>Putengulasch (*G)</b> mit Petersilienkarotten & Vollkornreis, Dessert 387KJ/92Kcal, 1F, 0,5ges.F, 14KH, 2,2Z, 6E, 0,8S	<b>Pilzragout (*G/L)</b> mit Spätzle (*Aa/C), Dessert 423KH/101kcal, 3F, 0,9ges.F, 16KH, 0,8Z, 4E, 0,9S	<b>3 Eierpfannkuchen (*Aa C G)</b> mit Erdbeerkompott (*2), Dessert 595KJ, 142Kcal, 4F, 1,5ges.F, 24KH, 7,8Z, 3E, 0,6S	<b>Schwedische Matjeshappen (*1 2 3 6 D G J)</b> mit hausgemachtem Kartoffelsalat (*1 2 6 G J), Dessert 675KJ, 161Kcal, 11F, 3,8ges.F, 11KH, 5,9Z, 5E, 1,9S	<b>"Chefsalat" gemischte Blattsalate</b> Kochhinterschinken (*1 3 5 S), Käsestreifen (*2/G), Cocktail-Dressing (*1 2 3 6 G J L), Brötchen (*Aa) 616KJ, 147Kcal, 9F, 4ges.F, 12KH, 3,6Z, 5E, 1,5S	
<b>Samstag</b> 27.10.	<b>Hähnchenfilet</b> in Champignonrahmsauce (*1 3 G L), Blumenkohl, Salzkartoffeln, Dessert 325KJ, 78Kcal, 2F, 0,5ges.F, 7KH, 1,2Z, 7E, 1,1S	<b>Bratwurst (*3 5 S G)</b> auf Sauerkraut (*2 3 G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 507KJ, 121Kcal, 7F, 2,5ges.F, 9KH, 3,5Z, 5E, 0,9S	<b>Möhreneintopf</b> mit Rindfleisch (*G/5) & Petersilie, Dessert 507KJ, 121Kcal, 7F, 2,5ges.F, 6KH, 2,9Z, 3E, 0,9S	<b>Kartoffelpuffer (*Aa C)</b> mit Apfelmus (*3), Dessert 589KJ, 141Kcal, 8F, 3,7ges.F, 14KH, 5,5Z, 2E, 0,3S				
<b>Sonntag</b> 28.10.	<b>Paniertes Schnitzel (*S Aa)</b> Sauce (*G), buntes Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert 422KJ, 101Kcal, 4F, 1,3ges.F, 11KH, 2,1Z, 6E, 0,9S	<b>Rinderbraten (*G 5)</b> in Sauce (*G), Rotkohl (*6), Kartoffelklöße, Dessert 328KJ, 79Kcal, 2F, 0,6 ges.F, 9KH, 2Z, 6E, 1,1S	<b>Schweinerückenbraten (*S)</b> mit Sahnesauce (*G), Blumenkohl-Broccoligemüse, Salzkartoffeln, Dessert 326KJ, 78Kcal, 2F, 0,7ges.F, 8KH, 1,7Z, 6E, 1,1S	<b>Gebratene Polenta-schnitte</b> "Florentin" (*Aa/G) mit mediterranem Gemüse (*1), Dessert 499/119Kcal, 4F, 2,2ges.F, 19KH, 1,5Z, 2E, 0,5S				

### vom Paritätischen Hildesheim:

- 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 und Mobile Dienste
- Schullasistenz (Integration)
- Kontaktstelle für Selbsthilfe
- Demenz-Beratung



Paritätischer Hildesheim  
Lilly-Reich-Straße 5, 31137 Hildesheim

Änderungen vorbehalten.



Telefon 05121 7416-17

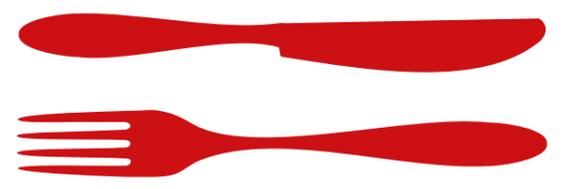
1 = mit Konservierungsstoff, 2 = mit Farbstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = mit Phosphat, 6 = mit Süßungsmittel (n), 7 = enthält eine Phenylalaninquelle, 8 = geschwefelt, 9 = geschwärzt, 10 = gewachst, 11 = koffeinhaltig, 12 = chininhaltig, 13 = enthält Alkohol, S = Schweinefleisch, A = Glutenhaltiges Getreide, B = Krebstiere, C = Eier, D = Fisch, E = Erdnüsse, F = Sojabohnen, G = Milch (Laktose), H = Schalenfrüchte, I = Sellerie, J = Senf, K = Sesamsamen, L = Schwefeldioxid & Sulphite, M = Lupinen, N = Weichtiere



	Klassiker	Kräftig & Deftig	Leicht & bekömmlich	Vegetarisch	Mini-Mahl	Kühl & Lecker	Salat "fit for fun"
	6,90 €	6,90 €	6,90 €	6,70 €	6,30 €	6,30 €	5,45 €
<b>Montag</b> 29.10.	<b>Lauch-Käsesuppe (*2 G)</b> mit Hackfleisch (*S) & Gemüsestreifen, Dessert 452KJ, 108Kcal, 8F, 3,5ges.F, 4KH, 2,9Z, 6E, 0,7S	<b>Schweinegeschnetzeltes in Sauce (*G)</b> mit Karotte, Sellerie(*I) & Porree, Spätzle (*Aa/C), Dessert 562KJ, 134Kcal, 5F, 1,9ges.F, 15KH, 1,3Z, 6E, 0,8S	<b>Gebrautes Fischfilet (*Aa/D/G/J S)</b> mit Remoulade (*1/2/6/C/G/I/J) & Salzkartoffeln, Dessert 609KJ/145Kcal, 8F, 3,5ges.F, 13KH, 1,5Z, 5E, 0,9S	<b>Gemüseschnitzel (*Aa/C/G/I)</b> auf Karotten-Sellerie (*I)-Paprikagemüse mit Schnittlauchsauce (*G) & Kartoffeln, Dessert 275KJ/66Kcal, 2F, 0,3ges.F, 11KH, 2,0Z, 2E, 0,8S	<b>2 Königsberger Klopse (*S C)</b> in Kapernsauce (*G), Salzkartoffeln, Dessert 424KJ, 101kcal, 5F, 1,8ges.F, 11KH, 1,1Z, 4E, 0,8S	<b>Paniertes Schweineschnitzel (*S Aa)</b> auf buntem Nudelsalat (*1 2 6 Aa C G J I), Dessert 871KJ, 208Kcal, 11F, 4,9ges.F, 19KH, 2,2Z, 7E, 0,6S	Kein Angebot
<b>Dienstag</b> 30.10.	<b>Thüringer Bratwurst (*3/5/G/S)</b> auf Sauerkraut (*2/3/G), mit Kartoffelpüree (*2/3/G), Dessert 520KJ/124Kcal, 8,5F, 3,6ges.F, 7,3KH, 2,9Z, 4,6E, 1,0S	<b>Herzhaftes Kesselgulasch (*G S)</b> mit Paprika & Zwiebeln, Spiralnudeln (*Aa), Dessert 557KJ, 133Kcal, 4,9F, 1,8ges.F, 16KH, 1,2Z, 6,3E, 0,7S	<b>Hähnchenschnitzel paniert (*Aa)</b> Majoransauce, Blumenkohl, Salzkartoffeln, Dessert 430KJ, 103Kcal, 3,2F, 1,0ges.F, 13KH, 1,4Z, 4,9E, 0,6S	<b>Milchreis (*G)</b> mit heißen Kirschen (*2), Dessert 574KJ, 137Kcal, 3F, 1,2ges.F, 26KH, 9,5Z, 2E, 0,1S	<b>"Himmel &amp; Erde"</b> Kartoffel & Apfelwürfel (*1 3), fruchtig pikant mit kl. Bratwurst (*3 5 S G), Speck (*1 3 S), Dessert 474KJ, 113Kcal, 7F, 3,2ges.F, 8KH, 4,9Z, 3,3E, 1,2S	<b>Gyros (*S), Souvlaki (*S), Zaziki (*G)</b> mit frischem Knoblauch (*L) & Gurke, Weißkrautsalat, Dessert 427KJ, 102Kcal, 5F, 1,6ges.F, 6KH, 5,6Z, 8,7E, 1S	<b>Salat "Adria" bunter Salat</b> mit geräucherten Putenbruststreifen (*1 3 5), French-Dressing (*1 2 6 G J), Brötchen (*Aa) 496KJ, 118Kcal, 6F, 2,5ges.F, 11KH, 3,5Z, 5,0E, 0,7S
<b>Mittwoch</b> 31.10.	<b>Gebr. Fischfilet (*Aa/J/G/D)</b> mit Karotten-Sellerie (*I)-Lauchgemüse in Rahm (*G), Salzkartoffeln, Dessert 404KJ, 96Kcal, 4F, 1,4ges.F, 9KH, 1,6Z, 6E, 1,1S	<b>Schweinebraten (*S)</b> in Sauce, Erbsen-Möhrengemüse, Kartoffelklöße, Dessert 403KJ, 96Kcal, 4F, 1,5ges.F, 10KH, 2,1Z, 6E, 2,6S	<b>Zarte Rinderbrustscheibe (*S G)</b> in Petersiliensauce (*G), Möhrengemüse, Salzkartoffeln, Dessert 347KJ, 83Kcal, 3F, 1,1ges.F, 9KH, 2,6Z, 5E, 1,2S	<b>Cremige Grießspeise (*Aa G)</b> mit Apfelpommesauce (*G), Dessert 392KJ/94Kcal, 3F, 1,3ges.F, 14KH, 10,0Z, 2E, 0,1S			
<b>Donnerstag</b> 01.11.	<b>Großmutter's Weiße Bohnensuppe (*I)</b> mit knackiger Bockwurst (*1 3 5 S G) 430KJ, 103Kcal, 4F, 1,8ges.F, 10KH, 1,3Z, 6E, 0,7S	<b>Schweineschnitzel "Natur" (*S)</b> mit Pilzsauce (*1/3/G/L/S), Blumenkohl & Salzkartoffeln 410/98KJ/Kcal, 4F, 1,6 ges.F, 10KH, 2,1Z, 6E, 0,9S	<b>3 Königsberger Klopse (*S C)</b> mit Kapernsauce (*G) & Salzkartoffeln, Dessert 454KJ/109Kcal, 5F, 2,1ges.F, 10KH, 1,0Z, 5E, 0,8S	<b>Pilzragout (*G/L)</b> mit Penne Rigate (*Aa),Dessert 402/96KJ/Kcal, 2F, 0,5ges.F, 16KH, 0,7Z, 4E, 1,0S	<b>Schweinegeschnetzeltes (*S)</b> in Waldpilzsauce (*1 3 G L), Makkaroni (*Aa), Dessert 563KJ, 135Kcal, 5F, 1,7ges.F, 16KH, 0,7Z, 6,6E, 0,5S	<b>Gebirgste Hähnchenkeule</b> auf italienischem Nudelsalat (*1 2 3 9 Aa L), Dessert 677KJ, 162Kcal, 6F, 1,8ges.F, 16KH, 1,9Z, 11,0E, 1,2S	Kein Angebot
<b>Freitag</b> 02.11.	<b>Mediterranes Gyros-Hacksteak (*S Aa)</b> auf Balkangemüse (*1), Reis, Dessert 544KJ, 130Kcal, 4F, 1,6ges.F, 17KH, 2,1Z, 5E, 0,7S	<b>Gebrautes Hähnchenfleisch</b> mit Chinagemüse in süßsaurer Sauce (*1), Reis, Dessert 408KJ, 98Kcal, 2F, 0,2ges.F, 15KH, 1,3Z, 6E, 0,5S	<b>Schweinegeschnetzeltes (*S)</b> in Gemüsesauce (*G/I), Salzkartoffeln, Dessert 448KJ, 107Kcal, 5F, 1,9ges.F, 10KH, 1,6Z, 5E, 0,6S	<b>Vegetarische Sauce Bolognese (*1)</b> mit geröstetem Soja (*F), Knoblauch (*L), Oregano & Vollkornnudeln (*Aa), Dessert 427KJ, 102Kcal, 2F, 0,2ges.F, 17KH, 2,3Z, 4,0E, 0,5S	<b>Kleine Bratwurst (*3 5 S G)</b> auf Blattspinat (*G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 340KJ, 81Kcal, 5F, 2,1ges.F, 5KH, 1,4Z, 3,6E, 0,9S	<b>Schwedische Matjes-happen (*1 3 D)</b> in Honig-Senfmarinade (*1 2 6 G J I) mit Dill, Kartoffelsalat mit Essig & Öl, Dessert 633KJ, 151Kcal, 11F, 3,6ges.F, 9KH, 3,8Z, 5,0E, 1,6S	<b>Salat "Hanseatic" Kräuterbraten</b> vom Schwein (*G S) mit Tomate, Gurke, Blattsalate, Apfel-Senf-Dressing (*3 J), Brötchen (*Aa) 445KJ, 106Kcal, 3F, 1,0ges.F, 14KH, 5,4Z, 6E, 0,6S
<b>Samstag</b> 03.11.	<b>Kartoffelsuppe (*2/3/G)</b> mit Karotten, Sellerie (*I) & Lauch, Dessert 219KJ/52Kcal, 3F, 1,5ges.F, 6KH, 1,5Z, 1E, 0,7S	<b>Vegesacker Hühnerfrikassee (*G)</b> mit feinem Spargel & Champignons (*1 3 L), Reis, Dessert 499KJ, 119Kcal, 4F, 1,5ges.F, 15KH, 0,9Z, 5E, 1S	<b>Gedünstetes Fischfilet (*D)</b> in Dillsauce (*G), Erbsen-Möhrengemüse, Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 286KJ, 68Kcal, 2F, 0,9ges.F, 7KH, 2,0Z, 5E, 0,8S		<b>Kleine Frikadelle (*S Aa)</b> grüne Bohnen, Sauerrahmsauce (*G), Salzkartoffeln, Dessert 432KJ, 108Kcal, 5F, 2,7ges.F, 10KH, 2,1Z, 4,0E, 0,9S		
<b>Sonntag</b> 04.11.	<b>Hähnchenbrust in</b> Rahmsauce (*Aa F G), Broccoli, Reis, Dessert 415KJ, 99Kcal, 2F, 0,6ges.F, 12KH, 1,2Z, 7E, 1,0S	<b>Hackbraten (*5 Aa C S)</b> Sauce (*G), Kohlrabi (*G), Salzkartoffeln, Dessert 444KJ, 106Kcal, 5F, 2ges.F, 11KH, 2,2Z, 5E, 1,7S	<b>Schweinenacknbraten (*5/G/S)</b> in Estragonsauce, Blumenkohl, Stampfkartoffeln (*2 3 G), Dessert 349KJ, 83Kcal, 3F, 1,4ges.F, 7KH, 1,7Z, 6E, 0,7S		<b>Sojastreifen (*F)</b> auf Wirsingkohlrabmgemüse (*G), Salzkartoffeln, Dessert 461KJ, 110Kcal, 2F, 0,7ges.F, 12KH, 3Z, 11E, 0,8S		



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



**DER PARITÄTISCHE**

Änderungen vorbehalten.

Legende	Glutenhaltiges Getreide:	Schalenfrüchte:
1 mit Konservierungsstoff	Aa Weizen	Ha Mandeln
2 mit Farbstoff	Ab Roggen	Hb Haselnüsse
3 mit Antioxidationsmittel	Ac Gerste	Hc Walnüsse
4 mit Geschmacksverstärker	Ad Hafer	Hd Cashewnüsse
5 mit Phosphat	B Krebstiere	He Pekannüsse
6 mit Süßungsmittel(n)	C Eier	Hf Paranüsse
7 enthält eine Phenylalaninquelle	D Fisch	Hg Pistazien
8 geschwefelt	E Erdnüsse	Hh Macadamianüsse
9 geschwärzt	F Soja	I Sellerie
10 gewachst	G Milch (einschließlich Laktose)	J Senf
11 koffeinhaltig		K Sesamsamen
12 chininhaltig		L Schwefeldioxid und Sulphite
13 enthält Alkohol		M Lupinen
S Schweinefleisch		N Weichtiere



Hildesheim

**Bitte ausfüllen:**

Name .....

Straße .....

PLZ/Ort .....

Telefon .....