

Unsere Preise sind inklusiv Lieferung und MwSt.

Menü I	7,05 €
Menü II	7,05 €
das Leichte	7,05 €
Vegetarisch	6,90 €
Extra Menü	8,50 €
Kaltmenü	6,50 €
Salat	5,90 €
kl. Salat*	1,80 €



\* kleinen, frischen Salat zu jedem Menü Mo.–Fr. zusätzlich bestellen (nur in Verbindung mit einer Menübestellung!)

### Wichtige Bestellinformationen!

Bitte beachten Sie, dass Bestellungen spätestens am Vortag bis 9:30 Uhr vor Lieferung bei uns eingehen müssen, um berücksichtigt werden zu können.

Vor Feiertagen bitten wir um eine Vorlaufzeit von 2 Werktagen bis 9:30 Uhr.

An den Wochenenden und Feiertagen ist unser Büro nicht besetzt.

Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Homepage unter [www.alfeld.paritaetischer.de](http://www.alfeld.paritaetischer.de) und während unserer Bürozeiten Montag bis Freitag zwischen 8:00 Uhr und 14:00 Uhr unter der Telefonnummer: 051 81 / 84 35-11.

# ORIGINAL ESSEN AUF RÄDERN

## vom Paritätischen Alfeld

- 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
- Tagespflege
- Essen auf Rädern
- Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen



Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon



# Ihre Speisekarte



Wir kochen ohne  
Geschmacksverstärker

frisch zubereitet durch



Paritätischer Alfeld  
Kalandstr. 7 · 31061 Alfeld  
Tel.: 051 81 / 84 35-11 · Fax: 051 81 / 84 35-20  
[www.alfeld.paritaetischer.de](http://www.alfeld.paritaetischer.de) · [ear.alf@paritaetischer.de](mailto:ear.alf@paritaetischer.de)

5 0 J A H R E  
ESSEN  
AUF RÄDERN





## 44. Woche vom 28.10. bis 03.11.2019

Nährwertangaben entnehmen Sie bitte der Internetseite: [www.fm-teistungen.de](http://www.fm-teistungen.de)

	Menü I	Menü II	Menü III das Leichte	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat
<b>Mo</b> 28.10.	<b>Reissuppe</b> mit Fleischbällchen, Gemüse und Eierstich, dazu 1 Brötchen <b>67,7 KH*</b> ACGI	<b>Eierkuchen</b> mit Vanillesoße, dazu Dessert (vegetarisch) <b>92,8 KH*</b> ACFGH	<b>paniertes Schweineschnitzel</b> mit Rahmsauce, Möhrengemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Dessert <b>59,5 KH*</b> ACGI	<b>Brokkoli-Nuss-Ecke</b> mit Holländischer Soße und Reis, dazu Dessert <b>79,3 KH*</b> ACGI	<b>Münchener Weißwurst</b> auf Bayrisch Kraut, mit Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu süßer Senf <b>58,4 KH*</b> AGIJ	<b>Kotelett</b> mit Kartoffelsalat <sup>(6)</sup> und Senf <b>ACGJ</b>	<b>Mexikanischer Salat</b> mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing <b>G</b>
<b>Di</b> 29.10.	<b>ital. Tomatenragout</b> mit Kräutern und Makkaroni, dazu Farmersalat (vegetarisch) <b>90,4 KH*</b> ACGI	<b>Chinapfanne</b> (Schweinefleisch mit Chinagemüse), Reis, dazu Dessert <b>57,8 KH*</b> ACFGH	<b>Hähnchenkeule</b> in Geflügelsoße, mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln <sup>(6)</sup> <b>43,5 KH*</b> AI	<b>vegetarischer Erbseneintopf</b> mit Grießklößchen, dazu Dessert <b>77,5 KH*</b> AI	<b>Rahmgeschnetzeltes</b> mit Champignons „Züricher Art“, dazu Rotkohl <sup>(4)</sup> und Klöße, Dessert <b>65,6 KH*</b> AGI	<b>Hähnchenschnitzel</b> mit Kartoffelsalat <sup>(6)</sup> und Senf <b>ACGJ</b>	<b>Mexikanischer Salat</b> mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing <b>G</b>
<b>Mi</b> 30.10.	<b>Hühnerfrikassee</b> mit Buttererbsen und Reis, dazu Obst <b>85,1 KH*</b> AGI	<b>Schweinelachsbraten</b> in Bratensoße, mit Kohlrabigemüse und Kartoffelpüree <b>39 KH*</b> AGI	<b>hausgemachte Gulaschsuppe</b> mit Rindfleisch, Kartoffeln <sup>(6)</sup> und Tomatenstücken, dazu 1 Scheibe Brot <b>66,2 KH*</b> AFI	<b>Blumenkohl</b> mit Bechamelsoße und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Obst <b>46,6 KH*</b> AGI	<b>gefüllte Paprikaschote</b> mit Paprika-Rahmsauce und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Obst <b>63,5 KH*</b> AFGI	<b>Kotelett</b> mit Kartoffelsalat <sup>(6)</sup> und Senf <b>ACGJ</b>	<b>Mexikanischer Salat</b> mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing <b>G</b>
<b>Do</b> 31.10.	<b>Linteneintopf</b> mit 2 Wiener Würstchen <sup>(3,6,7)</sup> und Dessert <b>55,5 KH*</b> AGI	<b>Zigeuner Hackbraten</b> mit Letschosoße und Gabelspaghetti, Dessert <b>45,9 KH*</b> AI	<b>Putengeschnetzeltes</b> mit Brokkoli und Reis, dazu Dessert <b>61,2 KH*</b> AGI	<b>Bandnudeln</b> mit Soja-Bolognese, dazu Dessert <b>78 KH*</b> AFI	<b>Zwiebelrostbraten</b> in Bratensoße, mit Speckbohnen <sup>(3)</sup> und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Dessert <b>46,6 KH*</b> AFGI	<b>Hähnchenschnitzel</b> mit Kartoffelsalat <sup>(6)</sup> und Senf <b>ACGJ</b>	<b>Mexikanischer Salat</b> mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing <b>G</b>
<b>Fr</b> 01.11.	<b>Gemüseplatte „Naturell“</b> (Brokkoli, Möhren, Schwarzwurzeln, Bohnen) mit br. Butter, Kartoffelpüree, Obst <b>37,5 KH*</b> AGI	<b>2 Backfischhappen<sup>(5)</sup></b> mit Gemüsestreifen in Dill-Cremesoße und Püree, dazu Obst <b>73,1 KH*</b> ADGI	<b>5 Königsberger Klopse</b> in Kapernsoße, mit Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Rote-Bete-Salat <sup>(4)</sup> <b>68,1 KH*</b> ACGIJ	<b>Vanillepuddingsuppe</b> dazu Milchbrötchen und Obst (vegetarisch) <b>78,4 KH*</b> AFGIK	<b>Hähnchenroulade</b> mit Brokkolifüllung, Soße, Möhrenscheiben und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Obst <b>42,4 KH*</b> AGI	<b>Kotelett</b> mit Kartoffelsalat <sup>(6)</sup> und Senf <b>ACGJ</b>	<b>Mexikanischer Salat</b> mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Gurken, Tomaten und bunter Salatmischung, dazu French Dressing <b>G</b>
<b>Sa</b> 02.11.			<b>westfälische Kartoffelsuppe<sup>(6)</sup></b> mit 2 Wiener Würstchen <sup>(3,6,7)</sup> , dazu Dessert <b>43,2 KH*</b> AI	<b>Spaghetti</b> mit Pilzrahmsauce, dazu Dessert <b>68,8 KH*</b> AGI	<b>Bratwurst</b> auf Sauerkraut, mit Zwiebelpüree, dazu Senf und Dessert <b>27,9 KH*</b> AGIJ	<b>Kleinen, frischen Salat zu jedem Essen zusätzlich bestellen:</b> <b>Mo. <input type="checkbox"/> Di. <input type="checkbox"/> Mi. <input type="checkbox"/> Do. <input type="checkbox"/> Fr. <input type="checkbox"/></b> <b>(nur in Verbindung mit einer Menübestellung und nicht an Feiertagen!)</b>  <b>Allergene:</b> A=Gluten; B=Krebstiere; C=Eier; D=Fisch; E=Erdnüsse; F=Soja; G=Lak- tose; H=Schalenfrüchte; I=Sellerie; J=Senf; K=Sesamsamen; L=Schwefeldioxid; M=Lupinen; N=Weichtiere  <b>Zusatzstoffe:</b> 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= Formfleisch; 10= enthält Alkohol; 11 = mit Zitronensäure	
<b>So</b> 03.11.			<b>Rinderbraten</b> in Soße, mit Rotkohl <sup>(4)</sup> und Klößen, dazu Dessert <b>60,6 KH*</b> AFGI	<b>Gemüse Schnitzel</b> aus Gartengemüse und Dinkelkörnern, Schnittlauchsoße und Reis <b>78,2 KH*</b> ACG	<b>Kasslerbraten<sup>(3)</sup></b> in Bratensoße, mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree, dazu Dessert <b>52,5 KH*</b> AGI		

**Qualitätsversprechen:**  
Alle Menüs aus dem Hause Frisch Menü werden täglich frisch zubereitet, nur aus besten Zutaten hergestellt und sind zum sofortigen Verzehr bestimmt.  
**Änderungen vorbehalten!**  
(EU-Zulassungs-Nr. TH03399)  
\* Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).

**Sa**  
02.11.  
**So**  
03.11.



**Bürozeiten Alfeld: Montag bis Freitag 8.00 Uhr bis 14.00 Uhr**  
**Telefon: 0 51 81 / 84 35-11 • Fax: 0 51 81 / 84 35-20**  
**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!**