

Unsere Preise

Alle Menüs: ein Preis! **7,05 €**
außer Mini-Mahl **6,70 €**

Wochenendzuschlag bei Heißlieferung **1,00 €**
 Warmhaltebox, einmalig **10,00 €**

Bezahlung:
 Die Bezahlung erbitten wir monatlich per Bankeinzug oder Überweisung.

Änderungen vorbehalten

Zu jedem Menue dazu bestellen:
 1 Stück Kuchen **2,45 €**



Warum Sie besser beim Paritätischen Friesland bestellen?

- + frei Haus geliefert
- + große Auswahl an frisch zubereiteten Menüs
- + An Wochenenden und Feiertagen auf Wunsch heiße oder kalte Lieferung der Menüs
- + spezielle Sonderkostformen auf Anfrage erhältlich
- + alle Gerichte ohne Geschmacksverstärker
- + keine Vertragsbindung nötig
- + Sonderkonditionen bei Mehrabnahmen möglich
- + Warmhalteboxen einmalig 10 €

Einzigartiger Service und Qualität, die überzeugt

Unsere Partner und unsere Produkte kommen aus der Region: Wir arbeiten vorwiegend mit lokalen, zertifizierten Lieferanten und Dienstleistern zusammen. Beim Einkauf unserer Produkte achten wir auf exzellente Qualität und nachgewiesene Herkunft.

Unsere Küchenmeister und Ernährungsberater verstehen ihr Handwerk für Speisevielfalt und Vollkost! Nach traditionellen Rezepten wird jeden Tag frisch gekocht. Sie haben die Wahl zwischen sieben leckeren Menüs, schonend zubereitet und frisch geliefert: Schnell. Lecker. Pünktlich.

Bestellen Sie bequem per Telefon oder Fax!

- ✓ Heute bis 12:00 Uhr bestellen, morgen geliefert
- ✓ Kalte Platte und Salatplatte 2 Werktage vor Lieferung bis 12:00 Uhr
- ✓ Für Wochenendlieferungen ist Bestellannahme bis Donnerstag 12:00 Uhr vor dem Wochenende (kann nicht storniert werden)
- ✓ Wochenend- und Feiertagszuschlag bei Heißlieferung 1,00 €
- ✓ Feiertags bis spätestens 3 Tage vor dem Feiertag bestellen

Bürozeit: Sie erreichen uns von Montag bis Donnerstag von 8.00 bis 16.30 Uhr und am Freitag von 8.00 bis 13.30 Uhr.



Bitte ausfüllen

Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon

SPEISEPLAN

vom 22.10. bis 28.10.2018

**KW
43**



1 Gratis-Dessert zu jedem Menü!
Alle Menüs ohne Geschmacksverstärker!



Varel / Wilhelmshaven
 Tel. 0 44 51 / 91 46 0
 Fax 0 44 51 / 91 46 77

Jever
 Tel. 0 44 61 / 93 02 0
 Fax 0 44 61 / 93 02 99

www.paritaetischer-friesland.de

Kalenderwoche 43	Montag, 22.10.2018	Dienstag, 23.10.2018
Klassiker 1	Gebratene Hähnchenfiletspitzen, Chinagemüse ^{*1} , Reis	Kräuterbraten vom Schwein^S, Sauce, Rotkoh ^{*1,6} , Salzkartoffeln
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 387/93 1 0,1 15 1,6 6 0,6	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 412/98 4 1,5 11 3 5 1,1
Kräftig & Deftig 2	Hausgemachte Frikadelle^{S,Aa}, Pfeffersauce ^G , Bohngemüse, Salzkartoffeln	Bremer Gekochte^{*1,3,5,S,G} auf Weinkraut ^{*2,3,G} , Kartoffelpüree ^{*2,3,G}
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 397/95 4 1,6 9 1,3 5 1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 554/132 8 3,1 10 4,1 5 1,1
Leicht & Bekömmlich 3	Schweinerückenbraten^S mit Champignonsauce ^{*1,3} , Blumenkohl-Brokkoligemüse, Salzkartoffeln	Hähnchengeschnetzeltes in Estragonsauce ^G mit Brokkoli und Spätzle ^{Aa,C}
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 315/75 2 0,8 7 1,5 7 1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 403/96 3 0,7 10 1,3 7 1
Mini-Mahl 4	Eieromelette^{C,G}, Rahmspinat ^G , Kartoffelpüree ^{*2,3,G}	Spaghetti^{Aa} „Carbonara“ ^{*1,3,5,G,S}
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 427/102 5 1,9 10 3,1 5 1,2	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 483/115 3 0,8 16 0,7 5 0,8
Vegetarisch 5	Tortellini^{Aa,C,G} mit Käsesauce ^{*2,G}	Gemüseplatte mit Rosmarinkartoffeln und Kräutersauce ^G
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 647/155 5 1,8 20 1,1 7 0,9	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 242/58 1 0,3 19 1,6 2 0,6
Kühl & Lecker 6	Gebratene Frikadelle^{S,Aa}, Zigeunersauce ^{*1,3,6} , Nudelsalat ^{*1,2,6,Aa,G,I,J} mit Ei ^C	Kasseler^{*1,3,5,S} auf Kartoffelsalat ^{*1,2,6,G,I,J} , Ananas
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 893/213 14 5,9 15 8,4 7 1,6	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 503/120 5 2,4 11 3,6 6 1,5
Salat Fit & Fun mit frischem Brötchen ^{Aa} 7	Salatplatte „Italia“, frische Blattsalate, Tomate, Mozzarella-Scheiben ^G , Basilikum-Dressing	Schlemmersalat, geräucherte Putenbrust- streifen ^{*1,3,5} auf buntem Salat, French-Dressing ^{*1,2,6,G,I,J}
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 405/97 3 1,4 15 6,7 4 0,3	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 481/115 5 2 12 3,7 5 0,7

Mittwoch, 24.10.2018	Donnerstag 25.10.2018	Freitag, 26.10.2018
Schnitzel^{S,Aa} „Zigeuner Art“ mit Paprika-Zwiebelsauce ^{*1} und Nudeln ^{Aa}	Gebratene Frikadelle^{S,Aa} mit Bratensauce, Erbsengemüse und Risoleekartoffeln	Lauch-Käsesuppe^{*2,G} mit Hackfleisch ^S und Gemüsestreifen
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 514/123 3 0,9 15 2,2 8 0,4	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 530/127 6 2,3 12 1,4 6 0,9	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 452/108 8 3,5 4 2,9 6 0,7
Zarte Scheibe von der Rinderbrust^{S,G} in Meerrettichsauce ^{*3,8,G,L} , Möhrengemüse, Püree ^{*2,3,G}	Geflügelschnitzel^{Aa} mit Champignonsauce ^{*1,3,G} , Mischgemüse, Reis	Schweinegeschnetzeltes^{S,S,G} in Sauce mit Karotte, Sellerie ^{*1} und Porree, Spätzle ^{Aa,C}
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 394/94 4 1,5 9 4,3 6 0,6	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 486/116 5 1,2 12 1,7 6 1,3	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 562/134 5 1,9 15 1,3 6 0,8
Gedünstetes Fischfilet^D mit Dillsauce ^G und Petersilienkartoffeln, Salat	Putengulasch^G mit Petersilienkarotten und Vollkornreis	Gebratenes Fischfilet^{Aa,D} mit Remoulade ^{*1,2,6,C,G,I,J} und Salzkartoffeln
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 391/93 3 1,2 11 3,4 5 0,5	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 387/92 1 0,5 14 2,2 6 0,8	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 609/145 8 3,5 13 1,5 5 0,9
Herzhafter Kartoffel-Wirsing-Eintopf^I mit Schweinefleisch ^S	3 Eierpfannkuchen^{Aa,C,G} mit Erdbeerkompott ^{*2}	2 Königsberger Klopse^{S,C} in Kapernsauce ^G , Salzkartoffeln
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 226/54 2 0,4 5 1,1 5 0,9	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 595/142 4 1,5 24 7,8 3 0,6	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 424/101 5 1,8 11 1,1 4 0,8
Nudeln^{Aa} mit Pesto-Sahnesauce ^{*2,G} , Salat	Pilzragout^G mit Spätzle ^{Aa,C}	Gemüseschnitzel^{Aa,C,G,I} auf Karotten-Sellerie ^{*1} - Paprikagemüse mit Schnittlauchsauce ^G und Kartoffeln
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 398/95 2 0,7 16 3 3 0,7	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 423/101 3 0,9 16 0,8 4 0,9	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 275/66 2 0,3 11 2 2 0,8
Hähnchensteak, natur gebraten, auf buntem Reissalat, Curry-Dip ^{*1,2,6,G,I,J}	Schwedische Matjeshappen^{*1,2,3,6,D,G,I,J} mit hausgemachtem Kartoffelsalat ^{*1,2,6,G,I,J}	Paniertes Schweineschnitzel^{S,Aa} auf buntem Nudelsalat ^{*1,2,6,Aa,C,G,I,J}
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 523/125 6 2,5 10 2,8 8 0,5	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 675/161 11 3,8 11 5,9 5 1,9	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 871/208 11 4,9 19 2,2 7 0,6
Salat „Tonno“, Thunfisch ^D auf Paprika, Gurkenscheiben, Blattsalate, Thousand-Island-Dress. ^{*1,2,6,G,I,J}	„Chefsalat“, gemischte Blatt- salate, Kochhinterschinken ^{*1,3,5,S} und Käsestreifen ^{*2,G} , Cocktail-Dressing ^{*1,2,3,6,8,G,I,L}	Salat „Norwegische Fjorde“, Räucherlachsstreifen ^D , grüner Salat mit Mandarinen und Gurke, Honig-Senf-Dressing ^J
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 525/125 5 2,3 15 4,5 5 0,9	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 616/147 9 4 12 3,6 5 1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 647/154 9 1,1 13 5,1 4 0,4

Samstag, 27.10.2018	Sonntag, 28.10.2018
Hähnchenfilet in Champignon- rahmsauce ^{*1,3,G} , Blumenkohl, Salzkartoffeln	Paniertes Schnitzel^{S,Aa}, Sauce ^G , buntes Gemüse, Salzkartoffeln
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 325/78 2 0,5 7 1,2 7 1,1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 422/101 4 1,3 11 2,1 6 0,9
Bratwurst^{*3,5,S,G}, auf Sauerkraut ^{*2,3,G} , Kartoffelpüree ^{*2,3,G}	Rinderbraten^{G,5} in Sauce ^G , Rotkoh ⁶ , Kartoffelklöße
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 507/121 7 2,5 9 3,5 5 0,9	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 328/79 2 0,6 9 2 6 1,1
Möhreneintopf^I mit Rindfleisch ^{G,5} und Petersilie	Schweinerücken- braten^S mit Sahnesauce^G, Blumenkohl-Brokkoligemüse, Salzkartoffeln
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 298/71 4 1,2 6 2,9 3 0,9	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 326/78 2 0,7 8 1,7 6 1,1
Kartoffelpuffer^{Aa,C} mit Apfelmus ^{*3}	Gebratene Polentaschnitte „Florentin“ ^{Aa,G} mit mediterranem Gemüse ^{*1}
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 589/141 8 3,7 14 5,5 2 0,3	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 499/119 4 2,2 19 1,5 2 0,5

Änderungen vorbehalten!

Unsere
Kennzeichnungen
im Speiseplan



Dieses Gericht
ist vegetarisch



Diese Speise enthält
Schweinefleisch

- KJ = Kilojoule
- Kcal = Kilokalorien
- g. Fetts. = gesättigte Fettsäuren
- KH = Kohlenhydrate
- Z = Zucker
- E = Eiweiß
- S = Salz – gemäß DGE-Empfehlung kochen wir mit Jodsalz

Angaben in Gramm (g).
Alle Nährwertangaben beziehen sich auf durchschnittlich 100g des verzehrfertigen Menüs (ohne Dessert).



Varel / Wilhelmshaven Jever
Tel. 0 44 51 / 91 46 0 Tel. 0 44 61 / 93 02 0
Fax 0 44 51 / 91 46 77 Fax 0 44 61 / 93 02 99

Die Speisepläne finden Sie auch online unter:

www.paritaetischer-friesland.de

Unser Haus ist TÜV-geprüft und ausgezeichnet und wird regelmäßig kontrolliert.



Qualitätsmanagement



Umweltschutz



Arbeitssicherheit

Haftungsausschluss: Angaben über Inhaltsstoffe der Speisen beruhen auf Informationen, die wir von Herstellern und Lieferanten erhalten. Aufgrund der Produktvielfalt der Hersteller und der gleichzeitigen Verarbeitung verschiedener Lebensmittel ist es möglich, dass es zu Kreuzkontaminationen kommt und Produkte Spuren von nicht aufgeführten Inhaltsstoffen enthalten. Die Angaben zu Allergenen beziehen sich auf rezepturgemäß verwendete Zutaten. Eine Haftung für die vollständige Aufzählung der aufgeführten Inhaltsstoffe wird ausgeschlossen.

- * = enthält Zusatzstoffe
- 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 = enthält Alkohol

- Allergene
- A = Glut. Getreide
- Aa = Weizen
- Ab = Roggen
- Ac = Gerste
- Ad = Hafer
- B = Krebstiere
- C = Eier
- D = Fisch
- E = Erdnüsse
- F = Sojabohnen
- G = Milch (Laktose)
- 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 & Sulphite
- M = Lupinen
- N = Weichtiere
- S = Schweinefleisch