

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



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.



Gericht aussuchen

Per Telefon oder Fax



Leckeres Essen – schnell gebracht



Guten Appetit!

Bitte ausfüllen

Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon

SPEISEPLAN

vom 29.10. bis 04.11.2018

KW
44



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 44	Montag, 29.10.2018	Dienstag, 30.10.2018
Klassiker	Thüringer Bratwurst^{3,5,G,S} auf Sauerkraut ^{2,3,G} mit Kartoffelpüree ^{2,3,G}	Großmutter's weiße Bohnensuppe¹ mit knackiger Bockwurst ^{1,3,5,S,G}
1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 520/124 9 3,6 7 2,9 5 1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 399/95 4 1,4 10 1,2 6 0,8
Kräftig & Deftig	Herzhaftes Kesselgulasch^{G,S} mit Paprika & Zwiebeln, Spiralnudeln ^{Aa}	Schweineschnitzel „natur“^S mit Pilzsauce ^{1,3,G,L,S} , Blumenkohl und Salzkartoffeln
2	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 557/133 5 1,8 16 1,2 6 0,7	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 410/98 4 1,6 10 2,1 6 0,9
Leicht & Bekömmlich	Hähnchenschnitzel, paniert^{Aa} , Majoransauce, Blumenkohl, Salzkartoffeln	3 Königsberger Klopse^{C,S} mit Kapernsauce ^G und Salzkartoffeln
3	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 430/103 3 1 13 1,4 5 0,6	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 454/109 5 2,1 10 1 5 0,8
Mini-Mahl	„Himmel und Erde“ , Kartoffel & Apfelwürfel ^{1,3} , fruchtig pikant mit kleiner Bratwurst ^{3,5,G,S} und Speck ^{1,3,S}	Schweinegeschnetzeltes^S in Waldpilzsauce ^{1,3,G,L} , Makkaroni ^{Aa}
4	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 474/113 7 3,2 8 4,9 3 1,2	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 563/135 5 1,7 16 0,7 7 0,5
Vegetarisch	Milchreis^G mit heißen Kirschen ²	Pilzragout^G mit Penne Rigate ^{Aa}
5	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 574/137 3 1,2 26 15,5 2 0,1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 402/96 2 0,5 16 0,7 4 1
Kühl & Lecker	Gyros^S, Souvlaki^S, Zaziki ^G mit frischem Knoblauch ^L und Gurke, Weißkrautsalat	Gebratene Hähnchenkeule auf italienischem Nudelsalat ^{1,2,3,9,Aa,L}
6	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 427/102 5 1,6 6 5,6 9 1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 677/162 6 1,8 16 1,9 11 1,2
Salat Fit & Fun mit frischem Brötchen ^{Aa}	Salat „Adria“ bunter Salat mit geräucherten Putenbruststreifen ^{1,3,5} , French-Dressing ^{1,2,6,G,J}	Salat „Florida“ , Kochhinterschinken ^{1,3,5,S} , Tomate, Weißkraut mit Früchten, Mais, Ananas, Kokos-Dressing ^G
7	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 496/118 6 2,5 11 3,5 5 0,7	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 395/94 2 0,7 13 5,5 6 0,3

Reformationstag, 31.10.18	Donnerstag, 01.11.2018	Freitag, 02.11.2018
Gebratenes Fischfilet^{Aa,G,D,J} mit Karotten-Sellerie ¹ - Lauchgemüse in Rahm ^G , Salzkartoffeln	Mediterranes Gyros-Hacksteak^{S,Aa} auf Balkangemüse ¹ , Reis	Schnitzel, paniert^{Aa,S}, vom Schwein „Mailänder Art“ mit Reibekäse ^{2,G} , Tomatensauce, ital. Fusilli ^{Aa}
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 404/96 4 1,4 9 1,6 6 1,1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 544/130 4 1,6 17 2,1 5 0,7	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 589/141 5 2 16 1,4 8 0,8
Schweinebraten^{S,G,S} in Sauce, Erbsen-Möhrengemüse, Kartoffelklöße	Gebratenes Hähnchenfleisch mit Chinagemüse in süß-saurer Sauce ¹ , Reis	Gedünsteter Seelachs^D in Senf-Dillsauce ^{G,J} mit buntem Gemüse und Reis
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 403/96 4 1,5 10 2,1 6 2,6	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 408/98 2 0,2 15 1,3 6 0,5	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 355/85 2 0,8 12 1,6 5 0,9
Zarte Rinderbrustscheibe^{S,G} in Petersiliensauce ^G , Möhrengemüse, Salzkartoffeln	Schweinegeschnetzeltes^S in Gemüsesauce ^{G,I} , Salzkartoffeln	Bunter Gemüseeintopf^I mit Fleischklößchen ^{Aa,C,S} und Nudeln ^{Aa,C}
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 347/83 3 1,1 9 2,6 5 1,2	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 448/107 5 1,9 10 1,6 5 0,6	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 269/64 3 0,7 7 2 4 0,6
Cremige Griesspeise^{Aa,G} mit Apfelkompott ^{1,3}	Kleine Bratwurst^{3,5,G,S} auf Blattspinat ^G , Kartoffelpüree ^{2,3,G}	Kasselerbraten^{3,5,S} in Sauce mit Rosenkohl und Salzkartoffeln
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 392/94 3 1,3 14 10 2 0,1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 340/81 5 2,1 5 1,4 4 0,9	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 265/63 1 0,3 8 1,2 6 1,8
Heute kein Angebot	Vegetarische Sauce Bolognese¹ mit geröstetem Soja ^F , Knoblauch, Oregano und Vollkornnudeln ^{Aa}	Gemüseplatte mit Kräuter-Sahnesauce ^G , Kartoffelpüree ^{2,3,G}
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 427/102 2 0,2 17 2,3 4 0,5	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 282/68 1 0,6 10 3,4 3 0,7
Heute kein Angebot	Schwedische Matjeshappen^{1,3,D} , in Honig-Senfmarinade ^{1,2,6,G,I,J} mit Dill, Kartoffelsalat mit Essig & Öl	Köfte^{Aa} (Hackfleischbällchen), Kartoffelsalat ^G mit Ei ^C und Kräutern
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 698/167 11 3,8 12 6,4 5 1,8	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 539/129 5 2,6 11 3,1 8 0,7
Heute kein Angebot	Salat „Hanseatic“ Kräuterbraten vom Schwein ^{G,S} mit Tomate, Gurke, Blattsalate, Apfel-Senf-Dressing ^{3,J}	Salat „Bombay“ Hähncheninnenfilets auf Blattsalat, Sesam ^K -Soja- Dressing ^{1,2,6,Aa,F,G,J}
	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 445/106 2 1 14 5,4 6 0,6	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 429/103 2 0,7 14 6,3 5 0,5

Samstag, 03.11.2018	Sonntag, 04.11.2018
Kartoffelsuppe^{2,3,G} heiß / TK mit Karotten, Sellerie ¹ und Lauch	Hähnchenbrust heiß / TK in Rahmsauce ^G , Brokkoli, Reis
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 219/52 3 1,5 6 1,5 1 0,7	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 415/99 2 0,6 12 1,2 7 1
Vege-sacker heiß / TK Hühnerfrikassee^G mit feinem Spargel und Champignons ^{1,3,L} , Reis	Hackbraten^{S,Aa,C,S} heiß / TK Sauce ^G , Kohlrabi ^G , Salzkartoffeln
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 499/119 4 1,5 15 0,9 5 1	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 444/106 5 2 11 2,2 5 1,7
Gedünstetes Fischfilet^D heiß / TK in Dillsauce ^G , Erbsen-Möhrengemüse, Kartoffelpüree ^{2,3,G}	Schweine- nacknbraten^{S,G,S} heiß / TK in Estragonsauce, Blumenkohl, Stampfkartoffeln ^{2,3,G}
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 286/68 2 0,9 7 2 5 0,8	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 349/83 3 1,4 7 1,7 6 0,7
Kleine Frikadelle^{S,Aa} heiß / TK grüne Bohnen, Sauerrahmsauce ^G , Salzkartoffeln	Sojastreifen^F auf heiß / TK Wirsingkohlrabmgemüse ^G , Salzkartoffeln
KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 435/104 5 2,7 10 2,1 4 1,2	KJ/Kcal Fett g. Fetts. KH Z E S 461/110 2 0,7 12 3 11 0,8

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).



Kennen Sie schon unseren
Hits for Kids
Speiseplan?

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 = Glutenth. 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