

|                    | Tagesmenü<br>M1<br>€ 9,90                                                    | Diabetiker<br>M2<br>€ 9,90                                                                         | Schonkost<br>M3<br>€ 9,90                                                                    | Feinschmecker<br>M4<br>€ 10,80                                                                                                  | Vegetarisch<br>M5<br>€ 9,50                                                                        | Süßspeise<br>M8<br>€ 9,50                                        | Spezielles und<br>Regionales<br>M10<br>€ 10,05                                                                         |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag<br>1.9.     | Mini-Hacksteaks<br>in Bratensauce<br>dazu bunte Bohnen<br>und Kartoffelpüree | Hähnchenbrustfilet<br>in feiner Sauce<br>mit Möhrengemüse<br>und Gabelspaghetti                    | Gefüllte Paprikaschote<br>in Tomatensauce<br>dazu Reis                                       | Schweinelende-Braten<br>(„Lummerbraten“)<br>in herzhafter Sauce dazu<br>feines Kaisergemüse<br>und Kartoffeln                   | Maultaschen<br>(vegetarisch)<br>in heller Sauce<br>mit geriebenem Käse<br>und Möhren-Rohkostsalat  | Milchreis<br>mit heißen Kirschen                                 | Gebratene Entenbrust<br>„süß-sauer“ mit Ananas<br>und Chinagemüse,<br>dazu weichgekochter Reis<br>+ € 2,75             |
| Dienstag<br>2.9.   | Heisse Fleischwurst<br>mit Sauerkraut<br>und Püree                           | Schweinegulasch<br>in Kräuterrahmsauce<br>dazu buntes Gemüse<br>und Spiralnudeln                   | Gebratene<br>Fleischbällchen<br>vom Rind in Chilisauce<br>und Reis dazu<br>Wachsbohnen-Salat | Klassischer<br>Sauerbraten<br>in Rosinensauce<br>mit Rotkohl, dazu<br>Kartoffelklöße<br>+ € 0,70                                | Bunte Tofu-<br>Gemüsepfanne<br>mit Kräutersauce<br>und Karottenpüree                               | Eierpfannkuchen<br>gefüllt mit Heidelbeeren<br>dazu Vanillesauce | Paniertes Hähnchen-<br>schnitzel „Jäger Art“<br>auf Rahm-Champignons,<br>dazu Drillinge und<br>Gurkensalat<br>+ € 1,25 |
| Mittwoch<br>3.9.   | Kräftiger Hühner-<br>suppeneintopf<br>mit buntem Gemüse                      | Bratwurst<br>in Sauce<br>mit feinem Mischgemüse<br>und Kartoffeln                                  | Fischstäbchen<br>mit Tomatensauce<br>dazu Kartoffelpüree                                     | Zartes<br>Geflügelschnitzel<br>„Piccata Napoli“<br>mit Tomatenspaghetti                                                         | Gebratenes<br>Wokgemüse<br>in gelber Currysauce<br>mit Reis                                        | Griesflammeri „Baden<br>Baden“<br>mit Fruchtsoße                 | Paniertes Hähnchen-<br>schnitzel „Jäger Art“<br>auf Rahm-Champignons,<br>dazu Drillinge und<br>Gurkensalat<br>+ € 1,25 |
| Donnerstag<br>4.9. | Geflügel-<br>Schaschlikpfanne<br>mit Zwiebeln und Paprika<br>dazu Reis       | Seelachs im Backteig<br>auf Kräuterbuttersauce<br>dazu Brokkoligemüse<br>und Salzkartoffeln        | Spiral-Nudeln<br>mit Tomaten-<br>Schinkensauce<br>dazu Rohkostsalat                          | Filettöpfchen<br>Hähnchen<br>und Schweinefilet<br>in Pilzrahmsauce<br>dazu Gemüse und<br>Kartoffeln                             | Kleine Ofenkartoffeln<br>(„Drillinge“)<br>mit Schale<br>dazu Schnittlauchquark<br>und Rohkostsalat | Germknödel<br>mit Vanillesauce                                   | Gebratene Kalbsleber<br>mit Schmorzwiebeln und<br>Apfelspalten,<br>dazu Rotkohl und<br>Kartoffelpüree<br>+ € 1,75      |
| Freitag<br>5.9.    | Wiener Würstchen<br>auf Sauerkraut<br>und Petersilienkartoffeln              | Gekochte Eier<br>in Senfsauce<br>mit Kräuterpüree<br>dazu Sellerie-Möhrensalat                     | Hähnchenfleisch süß-<br>sauer<br>mit Chinagemüse<br>und Bandnudeln                           | Blauer Seehecht<br>(„Hoki“)<br>-Fischfilet paniert in<br>leckerer Kräutersauce, dazu<br>feine Erbsen und Kartoffeln<br>+ € 0,70 | Blumenkohl-Brokkoli-<br>Auflauf<br>mit feinen<br>Kartoffelblättchen<br>und Käse überbacken         | Sahnegrießbrei<br>mit Waldfrüchten                               | Gebratene Kalbsleber<br>mit Schmorzwiebeln und<br>Apfelspalten,<br>dazu Rotkohl und<br>Kartoffelpüree<br>+ € 1,75      |
| Samstag<br>6.9.    | Herzhafter<br>Kasselerack<br>in Apfelsauce<br>mit Rotkohl<br>und Kartoffeln  | Klassischer<br>Möhreneintopf<br>mit pikanter<br>Rinderfrikadelle                                   | Linsen-Bolognese<br>mit Vollkorn-Fusilli                                                     | Gebratene<br>Hähnchenbrust<br>in feiner Sauce mit<br>Blattspinat<br>und geriffelten Nudeln<br>(„Penne Rigate“)                  |                                                                                                    | Milchreis<br>mit roter Grütze                                    | Gebratenes<br>Forellenfilet<br>mit Meerettichsoße,<br>dazu Petersilienkartoffeln<br>und Rote-Beete-Salat<br>+ € 2,75   |
| Sonntag<br>7.9.    | Rinderragout<br>mit Brokkoligemüse<br>und Salzkartoffeln                     | Schweinebraten<br>in milder Kümmel-Senf-<br>Sauce<br>mit Schwarzwurzelgemüse<br>und Salzkartoffeln | Bunte Tortellini<br>mit Käse-Spinatsauce                                                     | Grüne Tagliatelle<br>mit Hack und<br>Champignons<br>in Sauerrahm                                                                |                                                                                                    | Kaiserschmarrn<br>mit Vanillesauce                               | Gebratenes<br>Forellenfilet<br>mit Meerettichsoße,<br>dazu Petersilienkartoffeln<br>und Rote-Beete-Salat<br>+ € 2,75   |

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.



Hauptgeschäftsstelle Varel  
Zum Jadebusen 12,  
26133 Varel-Langendamm  
Geschäftsstelle Jever  
Mühlenstraße 20, 26441 Jever  
Geschäftsstelle Wilhelmshaven  
Banter Weg 7,  
26389 Wilhelmshaven

Bestellungen Montag - Freitag  
8.00 - 12.00 Uhr

Varel, Friesische Wehde: 04451 9146-24,  
Petra.Kirchhoff@paritaetischer.de

Jever: 04461 9302-0,  
Michael.Rumpf@paritaetischer.de

Wilhelmshaven: 04421 7716-30,  
Jennifer.Schindler-Blenski@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!

|                     | Tagesmenü<br>M1<br>€ 9,90                                                                          | Diabetiker<br>M2<br>€ 9,90                                                              | Schonkost<br>M3<br>€ 9,90                                                                                   | Feinschmecker<br>M4<br>€ 10,80                                                                                 | Vegetarisch<br>M5<br>€ 9,50                                                  | Süßspeise<br>M8<br>€ 9,50                                   | Spezielles und<br>Regionales<br>M10<br>€ 10,05                                                                                                            |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag<br>8.9.      | Königsberger Klopse<br>in Kapernsauce<br>dazu Salzkartoffeln<br>und Rote-Beete-Salat               | Frikadelle vom Rind<br>in dunkler Kräutersauce<br>mit Mischgemüse<br>und Kartoffelpüree | Hähnchenbrust<br>in feiner Sahnesauce<br>mit Röhren-Nudeln<br>(„Penne“),<br>Brokkoli und Käse<br>überbacken | Schweineschnitzel<br>in leckerer Champignon-<br>Rahm-Sauce mit<br>Paprikakartoffeln<br>dazu Leipziger Allerlei | Italienische<br>Gemüsepasta<br>pikante Gemüsebolognese<br>mit Vollkornnudeln | Milchreis<br>mit Erdbeer-<br>Rhabarberkompott               | Schollenfilet, paniert<br>mit Kräuterbutter<br>und Champignons,<br>dazu Salzkartoffeln<br>und Möhrensalat<br>+ € 2,75                                     |
| Dienstag<br>9.9.    | Hackbraten<br>in Sauce<br>mit Rotkohl<br>und Kartoffeln                                            | Hähncheninnenfilets<br>in Geflügelsauce<br>mit Kohlrabigemüse<br>dazu Salzkartoffeln    | Wurstgulasch<br>mit Paprika und Zwiebeln<br>dazu Gabelspaghetti                                             | Schweineroulade<br>mit klassischer Füllung<br>dazu Blumenkohl<br>und Kartoffeln<br>+ € 0,70                    | Gebratenes<br>Wokgemüse<br>in Currysauce und<br>Langkornreis                 | Feiner Grießbrei<br>mit roter Grütze                        | Schollenfilet, paniert<br>mit Kräuterbutter<br>und Champignons,<br>dazu Salzkartoffeln<br>und Möhrensalat<br>+ € 2,75                                     |
| Mittwoch<br>10.9.   | Hamburger<br>Heringsstipp<br>in Sahne mit Apfel-<br>Gurken-Würfel<br>dazu Petersilienkartoffeln    | Geflügelbratwurst<br>in Thymiansauce<br>mit buntem Gemüse<br>und Langkornreis           | Schweineleberragout<br>in Apfel-Sauce<br>dazu Kartoffelpüree<br>und Karottengemüse                          | Kaiserfleisch<br>(Kasselerrücken)<br>auf Ananaskraut<br>und Kartoffelpüree                                     | Gemüseragout<br>mit Erbsenpüree                                              | Eierpfannkuchen<br>mit Apfelkompott                         | Champignons<br>mit Speck, Zwiebeln<br>und Kräutern, dazu ein<br>goldgelbes Eieromelette<br>und Kartoffel-Röstitaler<br>+ € 1,25                           |
| Donnerstag<br>11.9. | Schweinebraten<br>in pikanter Sauce<br>mit Blumenkohlgemüse<br>und Klöße                           | Pangasiusfilet<br>in Dillsauce<br>mit Brokkoli<br>dazu Kartoffeln                       | Original Hähnchen-<br>Döner-Teller<br>mit Reis, Sauce<br>und Krautsalat                                     | Sauerbratengulasch<br>mit Spätzle<br>und Rotkohl                                                               | Gemüsebällchen<br>mit heller Kräutersauce<br>auf Gemüsereis                  | Quarkstrudel<br>mit Vanillesauce                            | Champignons<br>mit Speck, Zwiebeln<br>und Kräutern, dazu ein<br>goldgelbes Eieromelette<br>und Kartoffel-Röstitaler<br>+ € 1,25                           |
| Freitag<br>12.9.    | Westfälische Dicke<br>Bohnen<br>mit Kasseler<br>und Salzkartoffeln                                 | Pikantes<br>Schweinegulasch<br>mit Gabelspaghetti                                       | Kartoffelröstis<br>mit Karotten, Brokkoli,<br>Mais und Champignons<br>in würziger Käsesauce                 | Gebackenes<br>Seelachsfilet<br>mit Kräutersenfauce<br>und Kartoffeln<br>dazu Gurkensalat<br>+ € 0,70           | Makkaroni-Nudeln<br>mit Tomaten-<br>Basilikumsauce<br>dazu Möhrensalat       | Feiner Milchreis<br>mit Zimtucker<br>und Apfelkompott       | Bremer Knipp<br>dazu Salzkartoffeln<br>und Apfelmus (kalt)                                                                                                |
| Samstag<br>13.9.    | Geflügelfilets<br>in pikanter Sauce<br>mit zartem<br>Brokkoligemüse<br>und Spiralnudeln            | Herzhafter Wirsing-<br>Kohl-Eintopf<br>mit Kartoffelstücken<br>und Rindfleisch          | Kichererbsen-Curry<br>mit Kokosmilch und Bulgur<br>(Hartweizengrütze)                                       | Schweinebraten<br>in Kümmelsauce<br>mit Romanescogemüse<br>und Klößen                                          |                                                                              | Eierpfannkuchen<br>mit gebratenem Apfel<br>und Vanillesauce | Bremer Knipp<br>dazu Salzkartoffeln<br>und Apfelmus (kalt)                                                                                                |
| Sonntag<br>14.9.    | Buntes<br>Hühnerfrikassee<br>mit jungen Erbsen,<br>Möhren,<br>Spargel und Champignons<br>dazu Reis | Hackbraten<br>in Sauce<br>mit grünen Bohnen<br>und Salzkartoffeln                       | Mais-Lauchtaler<br>in Paprikagemüsesauce<br>dazu Rigatoni                                                   | Schweinefilet<br>in Rahmsauce<br>mit Fingermöhren<br>und Salzkartoffeln                                        |                                                                              | Beerengrütze<br>mit Vanillesauce                            | Gefüllte Rinderroulade<br>„Hausfrauen Art“<br>(mit Speck, Gurke, u. Zwiebeln<br>gefüllt) in typ. Soße, dazu<br>Leipziger Allerlei u. Salzkar.<br>+ € 2,75 |

Menükarte

1.9.2025 – 14.9.2025

KW 36/37

6 0 J A H R E

ESSEN  
AUF RÄDERN



**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

Änderungen vorbehalten.