

10.

	Tagesmenü M1 € 10,40	Diabetiker M2 € 10,40	Schonkost M3 € 10,40	Für Feinschmecker M4 € 11,30	Vegetarisch M5 € 10	Süßspeise M8 € 10	Spezielles und Regionales M10 € 10,55
--	----------------------------	-----------------------------	----------------------------	------------------------------------	---------------------------	-------------------------	--

Montag 2.3.	Gebackener Leberkäse auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree	Rinderbraten in Bratenjas mit zartem Bohnengemüse und Salzkartoffeln	Hähnchenschnitzel, paniert mit Paprikagemüse und Butterreis	Schweizer Sahnegeschnetzeltes mit kleinen Möhren und Spätzle	Spaghetti „Funghi“ Italiensche Nudeln in Pilzsauce und Olivenöl	Milchreis mit heißen Kirschen	Gedünstetes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensoße, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 2,75
Dienstag 3.3.	Delikate Putenpfanne mit Gemüse und Reis	Grobe Bratwurst in Bratenjas mit Apfelrotkohl und Kartoffeln	Schweinegulasch in pikanter Champignon-Rahm-Sauce dazu Spiral-Nudeln („Spirellis“)	Zartes Hähnchenbrustfilet „Florentiner Art“ auf Käsesauce mit Blattspinat und Nudeln	Mini-Frühlingsrollen mit chinesischem Gemüse und feinem Wildreis	Germknödel mit Vanillesauce	Gedünstetes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensoße, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 2,75
Mittwoch 4.3.	Currywurstpfanne mit frischen Zwiebeln und Paprikakartoffeln	Geflügel-Hackbraten in würziger Sauce mit Mischgemüse und Nudeln	Vollkorn-Spaghetti „Tonno“ Nudeln in leckerer Thunfischsauce dazu Möhrensalat	Rindersauerbraten in delikater Sauce dazu Rotkohl und Kartoffeln + € 0,70	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln	Griesflammeri „Baden Baden“ mit Fruchtsoße	„Sauerkrautplatte“ mit Kasseler, Bratwürstchen und Wienerle auf mildem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit Speck und Zwiebeln + € 1,75
Donnerstag 5.3.	Fischfrikadelle mit Ratatouille und Kartoffelpüree	Belgischer Gemüseeintopf mit Geflügelbockwurst	Panierte Hähnchenfleischstücke („Chicken-Nuggets“) mit Ketchupsoße, Reis und Krautsalat	Spießbraten in Paprika-Rahm-Sauce mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln	Gedünstetes Gemüse mit Sauce „Holländische Art“ dazu Pasta Tricolore	Sahnegrießbrei mit Waldfrüchten	„Sauerkrautplatte“ mit Kasseler, Bratwürstchen und Wienerle auf mildem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit Speck und Zwiebeln + € 1,75
Freitag 6.3.	Frische Kartoffelpuffer (Reibekuchen) mit leckerem Apfelmus	Feine Rinderfrikadelle in Sauce mit Kräutern der Provence dazu Karottenscheiben und Langkornreis	Deftige Kohlroulade in Speck-Zwiebel-Sauce mit Kartoffelpüree	Matjesfilet in Kräutermarinade, dazu Speckböhnchen und Salzkartoffeln	Vegetarische Tortellini-Nudeln in fruchtiger Tomatensauce	Eierpannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce	Gefüllte Rinderroulade „Hausfrauen Art“ (mit Speck, Gurke, und Zwiebeln gefüllt) in typischer Soße, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln + € 2,75
Samstag 7.3.	Herhaftes Saftgulasch vom Schwein mit Nudeln und Mischtsalat	Holsteiner Kartoffelsuppe mit Wursteinlage	Curry-Spinat-Pfanne mit Linsen, dazu Sesamkartoffeln	Gedünstetes Seelachsfilet auf Blattspinat mit Kräutersefsauce und Reis + € 0,70		Milchreis mit roter Grütze	Gefüllte Rinderroulade „Hausfrauen Art“ (mit Speck, Gurke, und Zwiebeln gefüllt) in typischer Soße, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln + € 2,75
Sonntag 8.3.	Thüringer Bratwurst in Sauce mit Wirsinggemüse und Kartoffeln	Zarte Hähnchenbrust in feiner Sauce dazu Fingermöhren und Langkornreis	Bandnudeln („Tagliatelle“) in leckerer Spinat-Käse-Sauce	Schweinesteak in Tomatensauce mit Grillgemüse und Rosmarinkartoffeln		Heißer Apfelstrudel mit Vanillesauce	„Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 1,95

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 - WHV
Mühlenstraße 20, 26441 Jever

Änderungen vorbehalten.

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!

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

11.

**Tagesmenü
M1**
€ 10,40

**Diabetiker
M2**
€ 10,40

**Schonkost
M3**
€ 10,40

**Für Feinschmecker
M4**
€ 11,30

**Vegetarisch
M5**
€ 10

**Süßspeise
M8**
€ 10

**Spezielles und
Regionales
M10**
€ 10,55

Montag
9.3.
Geschmorte Hähnchenbrust in Balsamico Marinade mit glasierten Erbsen und Möhren, dazu Salbeikartoffeln

Magerer Schweinebraten mit Rosenkohl und Salzkartoffeln

Vollkorn-Spaghetti „Carbonara“ Schinkenstreifen in leckerer Käse-Sahne-Sauce dazu Zucchinisalat

Paniertes Seelachsfilet mit Erbsensauce auf Zucchini-Kräutergemüse, dazu Reis + € 0,70

Asiatisches Wokgemüse in pikanter Sauce mit Asia Nudeln

Milchreis mit Erdbeer-Rhabarberkomott

Grünkohl mit Kochwurst und Pinkel, dazu Salzkartoffeln + € 0,75

Dienstag
10.3.
Geflügelgulasch mit Möhregemüse und Spiralnudeln

Königsberger Klopse in Kapernsauce mit Reis und Rote-Beete-Salat

Nudelauflauf mit Brokkoli und Hackfleisch

Schweinerückensteak in Rahmsauce dazu Kaisergemüse und Kartoffeln

Eieromelette mit Blattspinat mit Röstzwiebeln und Kartoffelpüree

Eierpfannkuchen mit Apfelkomott

Gebratene Entenbrust „süß-sauer“ mit Ananas und Chinagemüse, dazu weichgekochter Reis + € 2,75

Mittwoch
11.3.
Gebratene Schweineleber in Zwiebelsauce dazu Mischgemüse und Kartoffelpüree

Geflügelschnitzel mit feiner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln

Gegrillte Hackfleischröllchen („Cevapcici“) vom Rind mit würzigem Djuwetsch-reis und pikantem Krautsalat

Seelachsfilet im Backteig auf Buttersauce mit Petersilienkartoffeln und Möhrensalat + € 0,70

Makkaroni-Nudelauflauf in fruchtiger Basilikum-Tomatensauce mit Käse überbacken

Feiner Grießbrei mit roter Grütze

Gebratene Entenbrust „süß-sauer“ mit Ananas und Chinagemüse, dazu weichgekochter Reis + € 2,75

Donnerstag
12.3.
Zarter Schweinebraten in milder Kümmel-Senf-Sauce mit Mischgemüse und Kartoffelklößen

Seelachsfilet „Naturell“ mit Kräutersauce und Brokkoligemüse dazu Kartoffeln

Berliner Currywurst mit Reis und Gurkensalat

Zartes gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsauce mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln

Farfalle in leckerer Käse-Spinat-Sauce

Pfannkuchen mit Rosinen und Quarkfüllung dazu Zimtzucker

Gebratene Geflügelleber mit Schmorzwiebeln und Apfelspalten, dazu Rotkohl und Kartoffelrösti + € 1,75

Freitag
13.3.
Szegediner Gulasch Schweinegulasch mit Sauerkraut und Sauerrahm, dazu Schwenkkartoffeln

Leberknödel in Majoransauce mit Sauerkraut und Kartoffelpüree

Hähnchencurry mit Früchten und Reis dazu Mischnsalat

Paniertes Schollenfilet auf Senfsauce dazu Kräuterkartoffeln und Mischnsalat + € 0,70

Kartoffeltaschen gefüllt mit pikantem Frischkäse dazu Tomaten-Zuchinigemüse und Püree

Milchreis mit Mandarinen

Gebratene Geflügelleber mit Schmorzwiebeln und Apfelspalten, dazu Rotkohl und Kartoffelrösti + € 1,75

Samstag
14.3.
Grüner Bohneneintopf mit zartem Schweinefleisch

Pikantes Geflügelgulasch mit Blumenkohlgemüse und Salzkartoffeln

Knödel-Dreierlei Bunte Knödel in Champignonrahmsauce mit frischen Kräutern

Rindergeschnetzeltes „Jäger Art“ mit Bohnengemüse und Spätzle

Quarkkeulchen mit Rosinen in Vanillesauce

Gebratenes Forellenfilet mit Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Beete-Salat + € 2,75

Sonntag
15.3.
Hähnchenragout mit Champignons, Spargel dazu Gemüsereis

Zarter Schweine-lende-Braten („Lummerbraten“) in Rahmsauce mit Möhregemüse und Kartoffeln

Linsen-Bolognese mit Nudeln

Geflügelroulade in feiner Sauce mit Rotkohl und Klößen

Feiner Milchreis mit Zimtzucker und Apfelkomott

Gebratenes Forellenfilet mit Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Beete-Salat + € 2,75

Zusatstoffe:
1= mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmitteln,
4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschweift, 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/Menu ohne Salat, Dessert



Friesland-TK

Bitte ausfüllen:

Name

Straße

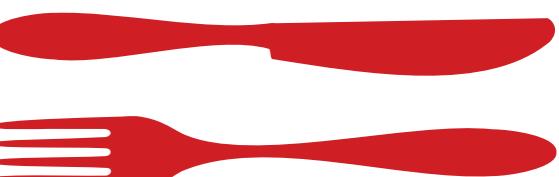
PLZ/Ort

Telefon



6 0 J A H R E

ESSEN
AUF RÄDERN



DER PARITÄTISCHE