28.

	Tagesmenü M1 € 9,90	Diabetiker M2 € 9,90	Schonkost M3 € 9,90	Feinschmecker M4 € 10,80	Vegetarisch M5 € 9,50	Süßspeise M8 € 9,50	Spezielles und Regionales M10 € 10,05
Montag 7.7.	**Mini-Hacksteaks** in Bratensauce dazu bunte Bohnen und Kartoffelpüree	**Hähnchenbrustfilet** in feiner Sauce mit Möhrengemüse und Gabelspaghetti	**Gefüllte Paprikaschote** in Tomatensauce dazu Reis	**Schweinelende-Braten** („Lummerbraten") in herzhafter Sauce dazu feines Kaisergemüse und Kartoffeln	**Maultaschen (vegetarisch)** in heller Sauce mit geriebenem Käse und Möhren-Rohkostsalat	**Milchreis** mit heißen Kirschen	**Gebratene Entenbrust** „süß-sauer" mit Ananas und Chinagemüse, dazu weichgekocher Reis **+ € 2,75**
Dienstag 8.7.	**Heisse Fleischwurst** mit Sauerkraut und Püree	**Schweinegulasch** in Kräuterrahmsauce dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln	**Gebratene Fleischbällchen** vom Rind in Chilisauce und Reis dazu Wachsbohnen-Salat	**Klassischer Sauerbraten** in Rosinensauce mit Rotkohl, dazu Kartoffelklöße **+ € 0,70**	**Bunte Tofu-Gemüsepfanne** mit Kräutersauce und Karottenpüree	**Eierpfannkuchen** gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce	**Paniertes Hähnchen-schnitzel „Jäger Art"** auf Rahm-Champignons, dazu Drillinge und Gurkensalat **+ € 1,25**
Mittwoch 9.7.	**Kräftiger Hühnersuppeneintopf** mit buntem Gemüse	**Bratwurst** in Sauce mit feinem Mischgemüse und Kartoffeln	**Fischstäbchen** mit Tomatensauce dazu Kartoffelpüree	**Zartes Geflügelschnitzel** „Piccata Napoli" mit Tomatenspaghetti	**Gebratenes Wokgemüse** in gelber Currysauce mit Reis	**Griesflammeri „Baden Baden"** mit Fruchtsoße	**Paniertes Hähnchen-schnitzel „Jäger Art"** auf Rahm-Champignons, dazu Drillinge und Gurkensalat **+ € 1,25**
Donnerstag 10.7.	**Geflügel-Schaschlikpfanne** mit Zwiebeln und Paprika dazu Reis	**Seelachs im Backteig** auf Kräuterbuttersauce dazu Brokkoligemüse und Salzkartoffeln	**Spiral-Nudeln** mit Tomaten-Schinkensauce dazu Rohkostsalat	**Filettöpfchen Hähnchen** und Schweinefilet in Pilzrahmsauce dazu Gemüse und Kartoffeln	**Kleine Ofenkartoffeln („Drillinge)** mit Schale dazu Schnittlauchquark und Rohkostsalat	**Germknödel** mit Vanillesauce	**Gebratene Geflügelleber** dazu Blumenkohl in weißer Soße und Kartoffelrösti **+ € 1,75**
Freitag 11.7.	**Wiener Würstchen** auf Sauerkraut und Petersilienkartoffeln	**Gekochte Eier** in Senfsauce mit Kräuterpüree dazu Sellerie-Möhrensalat	**Hähnchenfleisch süß-sauer** mit Chinagemüse und Bandnudeln	**Blauer Seehecht („Hoki")** Fischfilet paniert in leckerer Kräutersauce, dazu feine Erbsen und Kartoffeln **+ € 0,70**	**Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf** mit feinen Kartoffelblättchen und Käse überbacken	**Sahnegrießbrei** mit Waldfrüchten	**Gebratene Geflügelleber** dazu Blumenkohl in weißer Soße und Kartoffelrösti **+ € 1,75**
Samstag 12.7.	**Herzhafter Kasselernacken** in Apfelsauce mit Rotkohl und Kartoffeln	**Klassischer Möhreneintopf** mit pikanter Rinderfrikadelle	**Linsen-Bolognese** mit Vollkorn-Fusilli	**Gebratene Hähnchenbrust** in feiner Sauce mit Blattspinat und Nudeln		**Milchreis** mit roter Grütze	**Gebratenes Forellenfilet** mit Meerettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Beete-Salat **+ € 2,75**
Sonntag 13.7.	**Kalbsragout** mit Brokkoligemüse und Langkorneis	**Schweinebraten** in milder Kümmel-Senf-Sauce mit Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln	**Bunte Tortellini** mit Käse-Spinatsauce	**Grüne Tagliatelle** mit Hack und Champignons in Sauerrahm		**Kaiserschmarrn** mit Vanillesauce	**Gebratenes Forellenfilet** mit Meerettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Beete-Salat **+ € 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.

PARITÄT

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

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!

Speiseplan_Friesland_KW_28-29_flieder.indd 1 13.06.25 12:49

29.	Tagesmenü M1 € 9,90	Diabetiker M2 € 9,90	Schonkost M3 € 9,90	Feinschmecker M4 € 10,80	Vegetarisch M5 € 9,50	Süßspeise M8 € 9,50	Spezielles und Regionales M10 € 10,05
Montag 14.7.	**Königsberger Klopse** in Kapernsauce dazu Salzkartoffeln und Rote-Beete-Salat	**Frikadelle vom Rind** in dunkler Kräutersauce mit Mischgemüse und Kartoffelpüree	**Hähnchenbrust** in feiner Sahnesauce mit Röhren-Nudeln („Penne"), Brokkoli und Käse überbacken	**Schweineschnitzel** in leckerer Champignon-Rahm-Sauce mit Paprikakartoffeln dazu Leipziger Allerlei	**Italienische Gemüsepasta** pikante Gemüsebolognese mit Vollkornnudeln	**Milchreis** mit Erdbeer-Rhabarberkompott	**Bremer Knipp** dazu Salzkartoffeln und Apfelmus (kalt)
Dienstag 15.7.	**Hackbraten** in Sauce mit Rotkohl und Kartoffeln	**Hähncheninnenfilets** in Geflügelsauce mit Kohlrabigemüse dazu Salzkartoffeln	**Wurstgulasch** mit Paprika und Zwiebeln dazu Gabelspaghetti	**Schweineroulade** mit klassischer Füllung dazu Blumenkohl und Kartoffeln + € 0,70	**Gebratenes Wokgemüse** in Currysauce und Langkornreis	**Feiner Grießbrei** mit roter Grütze	**Bremer Knipp** dazu Salzkartoffeln und Apfelmus (kalt)
Mittwoch 16.7.	**Hamburger Heringsstipp** in Sahne mit Apfel-Gurken-Würfel dazu Petersilienkartoffeln	**Geflügelbratwurst** in Thymiansauce mit buntem Gemüse und Langkornreis	**Schweineleberragout** in Apfel-Sauce dazu Kartoffelpüree und Karottengemüse	**Kaiserfleisch (Kasselerrücken)** auf Ananaskraut und Kartoffelpüree	**Gemüseragout** mit Erbsenpüree	**Eierpfannkuchen** mit Apfelkompott	**Schollenfilet, paniert** mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat + € 2,75
Donnerstag 17.7.	**Schweinebraten** in pikanter Sauce mit Blumenkohlgemüs und Klöße	**Pangasiusfilet** in Dillsauce mit Brokkoli dazu Kartoffeln	**Original Hähnchen-Döner-Teller** mit Reis, Sauce und Krautsalat	**Sauerbratengulasch** mit Spätzle und Rotkohl	**Gemüsebällchen** mit heller Kräutersauce auf Gemüsereis	**Quarkstrudel** mit Vanillesauce	**Schollenfilet, paniert** mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat + € 2,75
Freitag 18.7.	**Westfälische Dicke Bohnen** mit Kasseler und Salzkartoffeln	**Pikantes Schweinegulasch** mit Gabelspaghetti	**Kartoffelröstis** mit Karotten, Brokkoli, Mais und Champignons in würziger Käsesauce	**Gebackenes Seelachsfilet** mit Kräutersenfsauce und Kartoffeln dazu Gurkensalat + € 0,70	**Makkaroni-Nudeln** mit Tomaten-Basilikumsauce dazu Möhrensalat	**Feiner Milchreis** mit Zimtzucker und Apfelkompott	**Champignons** mit Speck, Zwiebeln und Kräutern, dazu ein goldgelbes Eieromelette und Kartoffel-Röstitaler + € 1,25
Samstag 19.7.	**Geflügelfilets** in pikanter Sauce mit zartem Brokkoligemüse und Spiralnudeln	**Herzhafter Wirsing-Kohl-Eintopf** mit Kartoffelstücken und Rindfleisch	**Kichererbsen-Curry** mit Kokosmilch und Bulgur (Hartweizengrütze)	**Schweinebraten in Kümmelsauce** mit Romanescogemüse und Klößen		**Eierpfannkuchen** mit gebratenem Apfel und Vanillesauce	**Champignons** mit Speck, Zwiebeln und Kräutern, dazu ein goldgelbes Eieromelette und Kartoffel-Röstitaler + € 1,25
Sonntag 20.7.	**Buntes Hühnerfrikassee** mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis	**Hackbraten** in Sauce mit grünen Bohnen und Salzkartoffeln	**Mais-Lauchtaler** in Paprikagemüsesauce dazu Rigatoni	**Schweinefilet** in Rahmsauce mit Fingermöhren und Salzkartoffeln		**Beerengrütze** mit Vanillesauce	**Gefüllte Rinderroulade „Hausfrauen Art"** (mit Speck, Gurke, u. Zwiebeln gefüllt) in typ.Soße, dazu Leipziger Allerlei u. Salzkar. + € 2,75

Änderungen vorbehalten.

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

Menükarte

7.7.2025 – 20.7.2025

KW 28/29

60 JAHRE

ESSEN AUF RÄDERN

DER PARITÄTISCHE