

2.

ORIGINAL
ESSEN
AUF RÄDERN

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch & Süß	Feinschmecker Menü	Internationales Wochengericht
	8,90 €	8,90 €	8,90 €	8,50 €	8,50 €	9,80 €	9,05 €
Montag 11.01.	Kasseler mit Bratensoße, dazu Rosenkohl in Rahm und Salzkartoffeln (1,2,3,7,G,I,J,L) Karamelpudding (X)	„Falscher Hase“ Hackbraten mit Bratensoße, dazu Möhrengemüse und Kartoffelpüree (1,A,G,I,J) Karamelpudding (X)	Blumenkohl mit 3 Kochklopsen in Holländischer Soße, dazu Kräuter-Kartoffelpüree (A,C,G,I,J) Karamelpudding (X) EW 5,8 F 5,6 KH 7,0 KJ 430 BE 0,6	Seemannslabskaus mit 1 Spiegelei und 1 Rollmops (2,8,C,D,G,I,J) Karamelpudding (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Mandarinenkompott (1,G) Karamelpudding (X)	Gebratene Entenbrust „Chinesisch“ mit pikantem Chinagemüse, dazu Bandnudeln (3,A,F,G,I) + 0,90 € Karamelpudding (X)	„Joue de Boeuf bourguignon“ -geschmorte Ochsenbäckchen in Rotweinsauce mit Speck, Champignons und Zwiebeln dazu glasierte Fingermöhren (mit Ahornsirup, Butter und Petersilie) und Kürbis-Kartoffelpüree (1,2,3,G,I,J) Dessert des Tages
Dienstag 12.01.	Geschmorte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) in Bratensoße, dazu Salzkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Rote Grütze	Paniertes Schweineschnitzel „Cordon bleu“ (mit Käse und Schinken gefüllt) mit Soße, dazu Kräuter-Kartoffelpüree (1,2,3,A,G,I,J) Rote Grütze	Möhren-Kohlrabi-Eintopf mit Kartoffelwürfeln, Petersilie und 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Rote Grütze EW 2,9 F 5,9 KH 5,1 KJ 362 BE 04	2 Eierpfannkuchen mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (A,C,G) Rote Grütze	Räucher-Tofu auf Grünkohl, dazu Salzkartoffeln (3,A,F,G,I,J,L) Rote Grütze	„Gebratenes Schollenfilet, natur -“ mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,I,L) + 0,70 € Rote Grütze	„Joue de Boeuf bourguignon“ -geschmorte Ochsenbäckchen in Rotweinsauce mit Speck, Champignons und Zwiebeln dazu glasierte Fingermöhren (mit Ahornsirup, Butter und Petersilie) und Kürbis-Kartoffelpüree (1,2,3,G,I,J) Dessert des Tages
Mittwoch 13.01.	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Vanillepudding mit Erdbeersoße (G)	Rinderschmorbraten mit Rotweinsauce, dazu Blumenkohl mit weißer Soße und Petersilienkartoffeln (A,C,G,I) Vanillepudding mit Erdbeersoße (G)	Feine Kalbsbratwurst mit Rahmsauce, dazu Brokkoliröschen und Petersilienkartoffeln (1,3,7,G,I,J,L) Vanillepudding mit Erdbeersoße (G) EW 4,0 F 7,2 KH 5,6 KJ 433 BE 0,5	Kleine Frikadelle auf Rahmwirsing, dazu Kartoffelpüree (7,A,C,G,I) Vanillepudding mit Erdbeersoße (G)	Süßer Grießflammeri mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (A,G) Vanillepudding mit Erdbeersoße (G)	„Griechische Platte“ Gyros-Geschnetzeltes (vom Schwein) mit Zwiebelringen und Hähnchenbrustfilet, dazu Tomaten-Paprika-Reis und Tsatsiki (G) Vanillepudding mit Erdbeersoße (G)	„Joue de Boeuf bourguignon“ -geschmorte Ochsenbäckchen in Rotweinsauce mit Speck, Champignons und Zwiebeln dazu glasierte Fingermöhren (mit Ahornsirup, Butter und Petersilie) und Kürbis-Kartoffelpüree (1,2,3,G,I,J) Dessert des Tages
Donnerstag 14.01.	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Gemüseeinlage (Spargel, Champignons, Möhren, Erbsen) (3,G,L) Mandarinencreme (G)	Grüner Bohneneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Mandarinencreme (G)	„Jäger-Hackbraten“ mit Pilzsoße, dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Mandarinencreme (G) EW 6,6 F 3,0 KH 7,2 KJ 352 BE 0,6	Hackfleisch-Gemüse-Pfanne mit Möhren, Tomaten, Mais, Paprika und Champignons, dazu Butternudeln (1,A,G,I,J) Mandarinencreme (G)	Käse-Nudeln Gabelspaghetti mit Reibkäse, dazu fruchtige Tomatensoße und gemischter Salat (A,G,I) Mandarinencreme (G)	„Grünkohlplatte“ Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Salzkartoffeln (2,3,4,7,A,I,J,L) Mandarinencreme (G)	„Joue de Boeuf bourguignon“ -geschmorte Ochsenbäckchen in Rotweinsauce mit Speck, Champignons und Zwiebeln dazu glasierte Fingermöhren (mit Ahornsirup, Butter und Petersilie) und Kürbis-Kartoffelpüree (1,2,3,G,I,J) Dessert des Tages
Freitag 15.01.	Gebratenes Seefischfilet „natur“ mit Dillsoße, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,I,L) Bananenpudding mit Schokoladensauce (G)	Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) in fruchtiger Tomatensoße, dazu weichgekochter Reis (G,I) Bananenpudding mit Schokoladensauce (G)	Schinken-Rührei dazu Spargelgemüse in Holländischer Soße und Petersilienkartoffeln (1,2,3,7,C,F,G,I,L) Bananenpudding mit Schokoladensauce (G) EW 4,3 F 5,2 KH 5,2 KJ 364 BE 0,4	Gebratenes Hähnchenbrustfilet natur, auf buntem Frühlingsgemüse, dazu Kräuterpüree (G) Bananenpudding mit Schokoladensauce (G)	Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung (ohne Rosinen), dazu heiße Vanillesauce (1,A,C,G) Bananenpudding mit Schokoladensauce (G)	Gegrillte Schweinehaxe (ohne Knochen) auf Bayrisch Kraut, dazu Speck-Kartoffelpüree (2,3,F,G,I) Bananenpudding mit Schokoladensauce (G)	„Joue de Boeuf bourguignon“ -geschmorte Ochsenbäckchen in Rotweinsauce mit Speck, Champignons und Zwiebeln dazu glasierte Fingermöhren (mit Ahornsirup, Butter und Petersilie) und Kürbis-Kartoffelpüree (1,2,3,G,I,J) Dessert des Tages
Samstag 16.01.	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse und Kräutern) (1,A,G) Nougatcreme (G)	3 Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8,A,C,G,I,J,L) Nougatcreme (G)	Mageres Kasseler auf Sauerkraut, dazu Kartoffelbrei (2,3,7,G,I) Nougatcreme (G) EW 4,2 F 3,8 KH 7,3 KJ 411 BE 0,7	Putengulasch dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,G,I) Nougatcreme (G)	Leckere Pilzpfanne in Rahmsauce, dazu Butterspätzle (1,3,A,C,G,I) Nougatcreme (G)	Schollenfilet, natur gebraten mit Remouladensauce, dazu warmer Kartoffelsalat (3,8,C,D,G,I) Nougatcreme (G) + 0,70 €	„Joue de Boeuf bourguignon“ -geschmorte Ochsenbäckchen in Rotweinsauce mit Speck, Champignons und Zwiebeln dazu glasierte Fingermöhren (mit Ahornsirup, Butter und Petersilie) und Kürbis-Kartoffelpüree (1,2,3,G,I,J) Dessert des Tages
Sonntag 17.01.	Rahmgulasch (vom Schwein) dazu Leipziger Allerlei und Butternudeln (1,A,G,I,J) Zitronenmousse (X)	2 kleine Frikadellen auf Schmorwurkgemüse mit Dill, dazu Salzkartoffeln (3,A,C,G,I,L) Zitronenmousse (X)	Kalbsfrikassee in weißer Soße mit Spargel und Champignons, dazu Fingermöhren (3,G,I,L) Zitronenmousse (X) EW 8,1 F 1,3 KH 8,0 KJ 324 BE 0,7	Kräuter-Rührei dazu leckere Bratkartoffeln (C,G,I) Zitronenmousse (X)	Süßer Milchreis mit Zimt und Zucker, dazu heiße Schattenmorellen (ohne Steine) (G) Zitronenmousse (X)	2 kleine Rinderrouladen „Hausfrauen Art“ (gefüllt mit Speck, Zwiebeln und Gurke) in typischer Soße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,2,8,A,G,I,J) Zitronenmousse (X) + 0,90 €	„Joue de Boeuf bourguignon“ -geschmorte Ochsenbäckchen in Rotweinsauce mit Speck, Champignons und Zwiebeln dazu glasierte Fingermöhren (mit Ahornsirup, Butter und Petersilie) und Kürbis-Kartoffelpüree (1,2,3,G,I,J) Dessert des Tages

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-Langendam
Geschäftsstelle Jever
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 €

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 Qua-

litätsurteil „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!

3.

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch & Süß	Feinschmecker Menü	Internationales Wochengericht
	8,90 €	8,90 €	8,90 €	8,50 €	8,50 €	9,80 €	9,05 €
Montag 18.01.	Rostbratwurst mit Rahmsoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Salzkartoffeln (2,3,7,G,I,J) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	Wildgulasch in Wacholdersoße mit Pilzen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,G,I,J) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	Gefüllte Rinderroulade, (mit Hackfleischfüllung) mit Soße, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln (1,2,3,8,G,I,J,L) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X) EW 7,3 F 2,5 KH 6,0 KJ 326 BE 0,5	Gebratene Fischstäbchen dazu warmer Kartoffelsalat (8,A,D) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	Bunter Eintopf aus Möhren, Bohnen und Blumenkohl, mit Kartoffelwürfeln und Petersilie (G,I) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	Kasseler auf mildem Ananas-Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit ausgelassenem Speck und Zwiebeln (2,3,7,G,I) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	Hähnchenbrust „chinesisch“, mit Möhren, Bambussprossen, Paprika, Zwiebeln und Pilzen, abgeschmeckt mit Chili, Sojasoße und etwas Knoblauch, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Dienstag 19.01.	Linseneintopf mit Speck, Wurzelgemüse und 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I,J) Apfelmus	Gegrillte Hähnchenkeule mit Champignon-Rahmsoße, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse und Kräutern (1,G,I)) Apfelmus	Gefüllte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Bratensoße, dazu Kartoffelpüree (1,G,I,J) Apfelmus EW 2,5 F 3,5 KH 6,3 KJ 275 BE 0,5	Rindergulasch „bürgerlich“ mit Gemüseeinlage, dazu Spiralnudeln (1,A,G,I,J) Apfelmus	3 Eierpannkuchen mit heißem Heidelbeerkompott (A,C,G) Apfelmus	2 kleine panierte Schweineschnitzel „Wiener Art“ mit Bratensoße, dazu warmer Kartoffelsalat und Gurkensalat (1,8,A,G,I,J) Apfelmus	Hähnchenbrust „chinesisch“, mit Möhren, Bambussprossen, Paprika, Zwiebeln und Pilzen, abgeschmeckt mit Chili, Sojasoße und etwas Knoblauch, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Mittwoch 20.01.	2 kleine Frikadellen auf Rahm-Wirsing, dazu Stampfkartoffeln (A,C,G,I) Schokoladen-Grießbrei (G)	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Schokoladen-Grießbrei (G)	Rahmgulasch vom Rind dazu Rotkohl und Salzkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Schokoladen-Grießbrei (G) EW 4,8 F 5,2 KH 7,2 KJ 398 BE 0,7	Hackbraten, mit Sahnesoße, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Kräutern und Gemüseeinlage) (1,A,G,I,J) Schokoladen-Grießbrei (G)	Gabelspaghetti, mit bunter Käsesoße (mit Erbsen, Möhren und Petersilie), dazu Karottensalat (2,3,8,A,G,I) Schokoladen-Grießbrei (G)	Gebratenes Rotbarschfilet, natur dazu feine Senfsoße, Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln und Bohnensalat (2,3,D,G,I,J) + 0,90 € Schokoladen-Grießbrei (G)	Hähnchenbrust „chinesisch“, mit Möhren, Bambussprossen, Paprika, Zwiebeln und Pilzen, abgeschmeckt mit Chili, Sojasoße und etwas Knoblauch, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Donnerstag 21.01.	Grünkohl mit Kochwurst und PINKEL, dazu Salzkartoffeln (2,3,4,A,I,J,L) Zitronen-Joghurtcreme (A,G)	3 Kochkloppe auf Möhren-Schwarzwurzel-Gemüse in Kräuterrahm, dazu Kartoffelpüree (3,G,L) Zitronen-Joghurtcreme (A,G)	Gebratenes Fischfilet (Hoki) mit Dillsoße, dazu Salzkartoffeln und Bohnensalat (3,D,G,I,L) Zitronen-Joghurtcreme (A,G) EW 5,5 F 1,6 KH 7,1 KJ 278 BE 0,6	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Gemüseeinlage (Spargel, Champignons, Möhren, Erbsen), dazu Petersilienkartoffeln (3,G,L) Zitronen-Joghurtcreme (A,G)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißen Sauerkirschen (ohne Steine)(G) Zitronen-Joghurtcreme (A,G)	Rheinischer Sauerbraten vom Rind n typischer Soße (mit Rosinen), dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,A,G,I,J) + 0,70€ Zitronen-Joghurtcreme (A,G)	Hähnchenbrust „chinesisch“, mit Möhren, Bambussprossen, Paprika, Zwiebeln und Pilzen, abgeschmeckt mit Chili, Sojasoße und etwas Knoblauch, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Freitag 22.01.	Gebratenes Seelachsfilet - mit Senfsoße, dazu Salzkartoffeln und gemischter Salat (3,D,G,I,J,L) Vanillepudding mit Kirschoße (G)	Rindergulasch „Stroganoff“ in Sauerrahmsoße mit Champignons, Gurke und Zwiebeln, dazu Eiermüdel (1,8,A,C,G,I,J) Vanillepudding mit Kirschoße (G)	Bunter Gemüseeintopf mit Rindfleischinlage (G,I) Vanillepudding mit Kirschoße (G) EW 3,6 F 1,5 KH 4,3 KJ 195 BE 0,4	Zarter Putenkeulenbraten in Sahnesoße mit Pilzen, dazu Brokkoliröschen und Kartoffelklöße (1,G,I) Vanillepudding mit Kirschoße (G)	Spargelgemüse in Holländischer Soße, dazu Kräuter-Rührei und Salzkartoffeln (C,G,I) Vanillepudding mit Kirschoße (G)	Gebratene Putenleber, mit Schmorzwiebeln, dazu Finger-möhrrchen und Kräuterpüree (G) Vanillepudding mit Kirschoße (G)	Hähnchenbrust „chinesisch“, mit Möhren, Bambussprossen, Paprika, Zwiebeln und Pilzen, abgeschmeckt mit Chili, Sojasoße und etwas Knoblauch, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Samstag 23.01.	Grüner Bohneneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G)	„Spaghetti Bolognese“ Gabelspaghetti mit fruchtiger Tomaten-Fleischsoße und Parmesankäse (A,I,G) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G)	Frikadelle mit Bratensoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Kartoffelbrei (1,A,C,G,I,J) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G) EW 3,7 F 7,5 KH 6,6 KJ 459 BE 0,6	Kleine gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) in fruchtiger Tomatensoße, dazu weichgekochter Reis (G,I) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G)	Eierpannkuchen mit Kirschfüllung, dazu heiße Vanillesoße (1,A,C,G) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G)	Gebratenes Forellenfilet mit Zitronen-Kräutersoße, dazu Petersilienkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,I,J,L) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G) + 0,70€	Hähnchenbrust „chinesisch“, mit Möhren, Bambussprossen, Paprika, Zwiebeln und Pilzen, abgeschmeckt mit Chili, Sojasoße und etwas Knoblauch, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Sonntag 24.01.	Gebratene Hähnchenbrust mit Geflügelsoße, dazu feines Frühlingsgemüse und Kräuterkartoffeln (1,3,F,G,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Lamm-Ragout mit Zwiebeln, Möhren und Bohnen, dazu saftiger Tomaten-Paprika-Reis (1,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Kalbsrollbraten in Sahnesoße mit Champignons dazu Brechbohnen und Petersilienkartoffeln (1,3,G,I,L) Schokoladenpudding mit Sahne (G) EW 5,9 F 3,0 KH 6,0 KJ 297 BE 0,5	Bayrischer Leberkäse mit Schmorzwiebeln, dazu warmer Speck-Kartoffelsalat (1,2,3,7,8,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	2 gekochte Eier mit Senfsoße, dazu Kräuterpüree und Möhrensalat (2,3,8,C,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Gebratene Gänsebrust mit Geflügelsoße, dazu Grünkohl und Kartoffelklöße (1,2,3,A,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X) + 0,90 €	Hähnchenbrust „chinesisch“, mit Möhren, Bambussprossen, Paprika, Zwiebeln und Pilzen, abgeschmeckt mit Chili, Sojasoße und etwas Knoblauch, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages

Menükarte
11.01.2021 – 24.01.2021
KW 2/3

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:

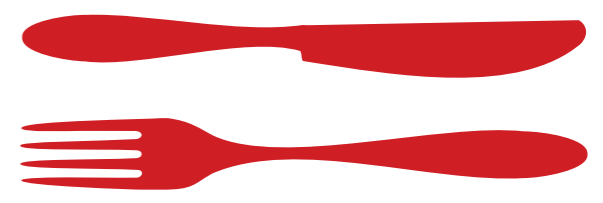
Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon

Änderungen vorbehalten.



 **DER PARITÄTISCHE**