

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch und Süß	Feinschmecker-Menü	Internationales Wochengericht
	€ 9,40	€ 9,40	€ 9,40	€ 9,00	€ 9,00	€ 10,30	€ 9,55
<b>Montag</b> 12.06.	Kasseler mit Bratensoße, dazu Rosenkohl in Rahm und Salz kartoffeln 1,2,3,7,G,I,LL Karamelpudding x	„Falscher Hase“ Hackbraten mit Bratensoße, dazu Möhregemüse und Kartoffelpüree 1,A,G,I,J Karamelpudding x	3 Kochklopse auf Rahm-Wirsing, dazu Petersilienkartoffeln 3,A,C,G,I,LL Karamelpudding x EW 5,3   F 4,7   KH 7,7   KJ 327   BE 0,6	Hackfleisch-Gemüse-Pfanne mit Möhren, Tomaten, Mais, Paprika und Champignons, dazu Butternudeln 1,A,G,I,J Karamelpudding x	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Mandarinenkompott 1,G Karamelpudding x	Pfifferlinge in Rahmsoße mit gebratenen Fleischbällchen, dazu gebackene Kartoffelspalten 1,2,A,C,G,I,J + € 0,70 Karamelpudding x	„Schottisches Pfeffersteak“ Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champ., Zwiebeln, Lauch u. Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat 1,A,G,I,J Dessert des Tages
<b>Dienstag</b> 13.06.	Geschmorte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) in Bratensoße, dazu Salzkartoffeln 1,3,G,I,LL 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	Huhn Eintopf mit Spargel, Erbsen, Reis und Hühnerfleisch G,I Rote Grütze EW 3,8   F 1,1   KH 5,8   KJ 208   BE 0,5	2 Eierpfannkuchen mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) A,C,G Rote Grütze	Vegetarisches Geschnetzeltes „Bombay“ in Curry-Sahnesoße mit Ananas- und Pfirsichstückchen, dazu Reis A,C,G,I Rote Grütze	Gebratenes Schollenfilet, natur mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat 2,3,8,D,G,I,LL + € 0,70 Rote Grütze	„Schottisches Pfeffersteak“ Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champ., Zwiebeln, Lauch u. Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat 1,A,G,I,J Dessert des Tages
<b>Mittwoch</b> 14.06.	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen 2,3,7,G,I Vanillepudding mit Erdbeersoße G	Gekochter Tafelspitz (vom Rind) in Meerrettichsoße, dazu feine Erbsen und Salzkartoffeln 3,5,G,I,LL Vanillepudding mit Erdbeersoße G	Feine Kalbsbratwurst mit Rahmsoße, dazu Brokkolirös. und Petersilienkart. 1,3,7,G,I,LL 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	Käse-Nudeln Gabelspaghetti mit Reibekäse, dazu fruchtige Tomatensoße und Gurkensalat A,G,I Vanillepudding mit Erdbeersoße G	Frischer Stangenspargel mit Sauce Hollandaise, dazu roher Schinken und Petersilienkartoffeln 1,2,3,C,G,I,LL + € 6,45 Vanillepudding mit Erdbeersoße G	„Schottisches Pfeffersteak“ Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champ., Zwiebeln, Lauch u. Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat 1,A,G,I,J Dessert des Tages
<b>Donnerstag</b> 15.06.	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Gemüse-einlage (Spargel, Champignons, Möhren, Erbsen), dazu Petersilienkartoffeln 3,G,I,LL Mandarinencreme G	Grüner Bohneneintopf mit Kräutern, Kartoffelwürfeln und Rindfleisch einlage G,I Mandarinencreme G	„Jäger-Hackbraten“ mit Pilzsoße, dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln 1,3,A,G,I,LL Mandarinencreme G EW 6,6   F 3,0   KH 7,2   KJ 352   BE 0,6	Seemannslabskaus mit 1 Spiegelei und 1 Rollmops 2,8,C,D,G,I,J Mandarinencreme G	Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung (ohne Rosinen), dazu heiße Vanillesoße 1,A,C,G Mandarinencreme G	Gebratene Entenbrust „Chinesisch“ mit pikantem Chinagemüse, dazu Bandnudeln 2,3,A,F,G,I + € 0,90 Mandarinencreme G	„Schottisches Pfeffersteak“ Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champ., Zwiebeln, Lauch u. Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat 1,A,G,I,J Dessert des Tages
<b>Freitag</b> 16.06.	Gebratenes Seefischfilet „natur“ mit Dillsoße, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat 3,D,G,I,LL Bananenpudding mit Schokoladensoße G	Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) in fruchtiger Tomatensoße, dazu weichgekochter Reis G,I Bananenpudding mit Schokoladensoße G	Schinken-Rührei dazu Spargelgem. in Holländischer Soße u. Petersilienkart. 1,2,3,7,C,G,I,LL Bananenpudding mit Schokoladensoße 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 Schokoladensoße G	Blumenkohl in sahniger Käsesoße, dazu Kräuterpüree und Möhrensalat 2,3,8,G,I Bananenpudding mit Schokoladensoße G	Gegrillte Schweinehaxe (ohne Knochen) auf Bayrisch Kraut, dazu Speck-Kartoffelpüree 2,3,G,I Bananenpudding mit Schokoladensoße G	„Schottisches Pfeffersteak“ Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champ., Zwiebeln, Lauch u. Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat 1,A,G,I,J Dessert des Tages
<b>Samstag</b> 17.06.	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,LL 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	2 gekochte Eier auf Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln 3,C,G,I,LL Nougatcreme G	Gebratenes Forellenfilet mit Kräuter-Butter-Soße, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat 3,D,G,I,LL + € 0,70 Nougatcreme G	„Schottisches Pfeffersteak“ Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champ., Zwiebeln, Lauch u. Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat 1,A,G,I,J Dessert des Tages
<b>Sonntag</b> 18.06.	Rahmgulasch (vom Schwein) dazu Fingermöhren und Kräuterpüree 1,G,I,J Zitronenmousse x	2 kleine Frikadellen auf Schmorwurkgemüse mit Dill, dazu Salzkartoffeln 3,A,C,G,I,LL Zitronenmousse x	Kalbsfrikassee in weißer Soße mit Spargel und Champignons, dazu Fingermöhren und Petersilienkart. 3,G,I,LL Zitronenmousse x EW 8,1   F 1,3   KH 8,0   KJ 324   BE 0,7	Kräuter-Rührei dazu leckere Bratkartoffeln C,G Zitronenmousse x	Süßer Milchreis mit Zimt und Zucker, dazu heiße Schattenmorellen (ohne Steine) G Zitronenmousse x	Frischer Stangenspargel mit Sauce Hollandaise, dazu eine gebratene Hähnchenbrust und Petersilienkartoffeln 1,3,C,F,G,I,LL + € 6,45 Zitronenmousse x	„Schottisches Pfeffersteak“ Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champ., Zwiebeln, Lauch u. Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat 1,A,G,I,J Dessert des Tages

Änderungen vorbehalten.

**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



Varel, WHV: 04451 9146-0, Petra.Kirchhoff@paritaetischer.de  
Jever: 04461 9302-0, Michael.Rumpf@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

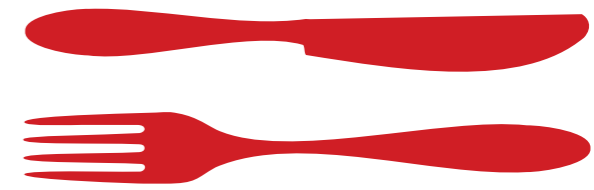
bewertet, gemeinsam mit einem weiteren Anbieter. Die anderen vier Menüdienste erhielten lediglich das Qualitätsurteil „befriedigend“.  
Hervorgehoben wurde die ernährungsphysiologische Qualität der GLORIA Menüs (u.a. Fett-, Salz-, Vitamingehalt, Auswahl und Vielfalt), die nur bei GLORIA Menü-Bringdienst 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!

25.

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch und Süß	Feinschmecker-Menü	Internationales Wochengericht
	€ 9,40	€ 9,40	€ 9,40	€ 9,00	€ 9,00	€ 10,30	€ 9,55
<b>Montag</b> 19.06.	Rostbratwurst mit Rahmsoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Salzkartoffeln 1,3,7,A,G,I,J,L Joghurt „Mango“ x	Wildgulasch in Wacholdersoße mit Pilzen, dazu Kartoffel-Röstitaler und Kürbis „süß-sauer“ 1,G,I,J Joghurt „Mango“ x	Gefüllte Rinderroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Soße, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln 1,2,3,8,G,I,J,L Joghurt „Mango“ x EW 7,3   F 2,5   KH 6,0   KJ 326   BE 0,5	Gebratene Fischstäbchen, dazu warmer Kartoffelsalat 8,A,D Joghurt „Mango“ x	Holsteiner Kartoffelsuppe G,I Joghurt „Mango“ x	2 kleine panierte Schweineschnitzel „Wiener Art“ mit Bratensoße, dazu warmer Kartoffelsalat und Möhrensalat 1,2,3,8,A,G,I,J Joghurt „Mango“ x	„Chicken Curry“ Hähnchenbrust, geschmort mit Curry, Tomate, Zwiebel, Ingwer und Kokosmilch, dazu Reis und Möhrensalat 2,3,8,G,I Dessert des Tages
<b>Dienstag</b> 20.06.	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 Spiral-Nudeln 1,A,G,I,J Apfelmus	3 Eierpfannkuchen mit heißem Heidelbeerkompott A,C,G Apfelmus	Gebratenes Rotbarschfilet, natur, dazu feine Senfsoße, Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln und Tomatensalat 2,3,D,G,I,J + € 0,70 Apfelmus	„Chicken Curry“ Hähnchenbrust, geschmort mit Curry, Tomate, Zwiebel, Ingwer und Kokosmilch, dazu Reis und Möhrensalat 2,3,8,G,I Dessert des Tages
<b>Mittwoch</b> 21.06.	2 kleine Frikadellen auf Rahm-Würsing, dazu Stampfkartoffeln A,C,G,I Schokoladen-Grießbrei A,G	Steckrübeneintopf mit Möhrenscheiben, Kartoffelwürfeln, Kräutern und Kasselerfleisch 2,3,7,G,I Schokoladen-Grießbrei A,G	Gebratenes Seelachsfilet mit Dillssoße, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat 3,D,G,I,L Schokoladen-Grießbrei A,G EW 5,5   F 1,6   KH 7,1   KJ 278   BE 0,6	Hackbraten mit Sahnesoße, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Kräutern und Gemüseeinlage) 1,A,G,I,J Schokoladen-Grießbrei A,G	Käse-Tortellini mit Tomaten-Kräutersoße, dazu Bohnensalat A,C,G,I Schokoladen-Grießbrei A,G	Rheinischer Sauerbraten vom Rind in typischer Soße (mit Rosinen), dazu Rotkohl und Kartoffelklöße 1,A,G,I,J + € 0,70 Schokoladen-Grießbrei A,G	„Chicken Curry“ Hähnchenbrust, geschmort mit Curry, Tomate, Zwiebel, Ingwer und Kokosmilch, dazu Reis und Möhrensalat 2,3,8,G,I Dessert des Tages
<b>Donnerstag</b> 22.06.	Ungarisches Gulasch (vom Schwein) mit Paprika und Zwiebeln, dazu Eiernudeln 1,A,C,G,I,J Zitronen-Joghurtcreme G	„Schlesisches Himmelreich“ Kasseler auf heißem Backobst, dazu Kartoffelklöße 1,2,3,5,7,G,L Zitronen-Joghurtcreme G	Blumenkohl mit 3 Kochklopsen in Holländischer Soße, dazu Kräuter-Kartoffelpüree A,C,G,I,J Zitronen-Joghurtcreme G EW 5,8   F 5,6   KH 7,0   KJ 430   BE 0,6	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Gemüseeinlage (Spargel, Champignons, Möhren, Erbsen), dazu Petersilienkartoffeln 3,G,I,L Zitronen-Joghurtcreme G	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißen Sauerkirschen (ohne Steine) G Zitronen-Joghurtcreme G	Zum Saisonende: Frischer Stangenspargel mit Sauce Hollandaise, dazu ein paniertes Schweineschnitzel und Petersilienkartoffeln 1,3,A,C,G,I,L + € 6,45 Zitronen-Joghurt-creme G	„Chicken Curry“ Hähnchenbrust, geschmort mit Curry, Tomate, Zwiebel, Ingwer und Kokosmilch, dazu Reis und Möhrensalat 2,3,8,G,I Dessert des Tages
<b>Freitag</b> 23.06.	Gebratenes Seelachsfilet mit Senfsoße, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat 2,3,8,D,G,I,J,L Vanillepudding mit Kirschoße G	Rindergulasch „Stroganoff“ in Sauerrahmsoße mit Champignons, Gurke und Zwiebeln, dazu Eiernudeln 1,8,A,C,G,I,J Vanillepudding mit Kirschoße G	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen 2,3,7,G,I Vanillepudding mit Kirschoße G EW 3,2   F 0,4   KH 6,8   KJ 345   BE 0,6	Zarter Putenkeulenbraten in Sahnesoße mit Pilzen, dazu Brokkoliröschen und Kartoffelklöße 1,G,I Vanillepudding mit Kirschoße G	Kräuter-Rührei mit Bratkartoffeln, dazu Gurkensalat C,G Vanillepudding mit Kirschoße G	Kasseler auf mildem Ananas-Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit ausgelassenem Speck und Zwiebeln 2,3,7,G,I Vanillepudding mit Kirschoße G	„Chicken Curry“ Hähnchenbrust, geschmort mit Curry, Tomate, Zwiebel, Ingwer und Kokosmilch, dazu Reis und Möhrensalat 2,3,8,G,I Dessert des Tages
<b>Samstag</b> 24.06.	Grüner Bohneneintopf mit 2 Wiener Würstchen 2,3,7,G,I Erdbeer-Rhabarber-Creme G	„Spaghetti Bolognese“ Gabelspaghetti mit fruchtiger Tomaten-Fleischsoße, dazu Bohnensalat 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	Eierpfannkuchen mit Kirschoße, dazu heiße Vanillesoße 1,A,C,G Erdbeer-Rhabarber-Creme G	Schollenfilet „Finkenwerder Art“ natur gebraten, mit Speckstippe, dazu Petersilienkartoffeln und Bohnensalat 2,3,D,L + € 0,70 Erdbeer-Rhabarber-Creme G	„Chicken Curry“ Hähnchenbrust, geschmort mit Curry, Tomate, Zwiebel, Ingwer und Kokosmilch, dazu Reis und Möhrensalat 2,3,8,G,I Dessert des Tages
<b>Sonntag</b> 25.06.	Gebratene Hähnchenbrust mit Geflügelsoße, dazu feines Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln 1,3,F,G,L Schokoladenpudding mit Sahne x	Lamm-Ragout mit Bohnen, Möhren und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree 1,G,I,J Schokoladenpudding mit Sahne x	Kalbsrollbraten in Sahnesoße mit Champ., dazu feine Erbsen und Petersilienkart. 1,3,G,I,L Schokoladenpudding mit Sahne x EW 6,5   F 2,1   KH 8,0   KJ 338   BE 0,6	Bayrischer Leberkäse mit Schmorzwiebeln, dazu Kartoffelpüree mit Speck und Kräutern 1,2,3,7,G,I,J Schokoladenpudding mit Sahne x	2 gekochte Eier mit Senfsoße, dazu Salzkartoffeln und Rote-Bete-Salat 3,8,C,G,I,J Schokoladenpudding mit Sahne x	Gebratene Entenkeule mit Geflügelsoße, dazu Finger-möhren und Kartoffelklöße 1,A,G + € 0,90 Schokoladenpudding mit Sahne x	„Chicken Curry“ Hähnchenbrust, geschmort mit Curry, Tomate, Zwiebel, Ingwer und Kokosmilch, dazu Reis und Möhrensalat 2,3,8,G,I Dessert des Tages



5 0 J A H R E  
ESSEN  
AUF RÄDERN



DER PARITÄTISCHE

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 .....