

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch & Süß	Feinschmecker Menü	Internationales Wochengericht
	8,80 €	8,80 €	8,80 €	8,40 €	8,40 €	9,70 €	8,95 €
Montag 13.07.	Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße, dazu feines Erbsengemüse und Petersilienkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Wackelpudding (X)	Gefüllte Rinderroulade „bürgerlich“ (mit Hackfüllung) in typischer Soße, dazu Rotkohl und Kartoffelbrei (1,2,3,8, G,I,J) Wackelpudding (X)	Frikadelle mit Sahnesoße, dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln (1,3,A,C,G,I,J,L) Wackelpudding (X) EW 5,6 F 4,8 KH 7,3 KJ 326 BE 0,6	Geflügelfrikassee mit Erbsen und Möhren in weißer Soße, dazu Reis Wackelpudding (X)	Blumenkohl-Eintopf „Royal“ mit Eierstich, Kartoffelwürfeln und Petersilie (C,G,I) Wackelpudding (X)	„Holzfällersteak“ vom Schweinenacken mit Schmorzwiebeln, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln und Krautsalat (1,2,3,8, G,I,J,L) Wackelpudding (X)	Kalbsbraten „à la Normande“ geschmort mit Cidre, Möhren, Äpfeln und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree und bunter Salat (1,G,I) Dessert des Tages
Dienstag 14.07.	3 Bratwürstchen mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X)	Bunter Gemüseintopf mit viel Gemüse, Kräutern, Kartoffelwürfeln und Rindfleischinlage (G,I) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X)	Ungarisches Gulasch (vom Rind) mit Paprika und Zwiebeln, dazu Brechbohnen und Salzkartoffeln (1,3,7,G,I) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X) EW 5,4 F 4,0 KH 5,8 KJ 342 BE 0,5	Gebratene Fischstäbchen dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse und Kräutern) (A,D,G) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X)	Eierpfannkuchen mit Quark-Rosinen-Füllung, Butter, Zimt und Zucker (1, A,C,G) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X)	Lammkeulenbraten in typischer Soße mit Tomate und Kräutern, dazu Kräuterpüree und Tomatensalat (1,G,I,J) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X) + 0,70 €	Kalbsbraten „à la Normande“ geschmort mit Cidre, Möhren, Äpfeln und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree und bunter Salat (1,G,I) Dessert des Tages
Mittwoch 15.07.	Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelwürfeln, Kräutern und 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X)	2 kleine Frikadellen auf buntem Frühlingsgemüse mit Holländischer Soße, dazu Kräuterpüree (A,C,G,I) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X)	Gefüllte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Bratensoße, dazu Kartoffelpüree (1,G,I,J) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X) EW 2,5 F 3,5 KH 6,3 KJ 275 BE 0,5	„Currywurst“ frische, grobe Bratwurst mit Ketchup-Soße, dazu warmer Kartoffelsalat (3,4,7,8,G,I,J) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X)	Gefüllte Paprikaschote (mit Gemüse-Getreidefüllung) auf fruchtiger Tomatensoße, dazu Reis (A,C,F,G,I,J) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X)	3 „Matjesfilets“ mit Zwiebelringen, dazu Bohnenbündchen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie (1,2,3,4,D,G,L) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X) + 0,70 €	Kalbsbraten „à la Normande“ geschmort mit Cidre, Möhren, Äpfeln und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree und bunter Salat (1,G,I) Dessert des Tages
Donnerstag 16.07.	3 Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8, A,C,G,I,J,L) Vanillepudding (X)	Gedünstetes Fischfilet (Hoki) mit Honig-Senfsoße, dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln (3,D,G,I,J,L) Vanillepudding (X)	Kasselerbraten mit Soße, dazu Rotkohl und Petersilienkartoffeln (1,2,3,7,G,I,J,L) Vanillepudding (X) EW 4,9 F 4,2 KH 7,8 KJ 381 BE 0,6	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 1 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Vanillepudding (X)	Milchreis mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (A,C,G) Vanillepudding (X)	2 kleine panierte Schweineschnitzel „Wiener Art“ mit Bratensoße, dazu gebackene Kartoffelspalten und gemischter Salat (1,A,G,I,J) Vanillepudding (X)	Kalbsbraten „à la Normande“ geschmort mit Cidre, Möhren, Äpfeln und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree und bunter Salat (1,G,I) Dessert des Tages
Freitag 17.07.	Gebratenes Seelachsfilet natur, mit Champignonsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Gurkensalat (3, D,G,I,J,L) Rote Grütze mit Sahne (X)	2 Spiegeleier auf Rahmspinat, dazu Bratkartoffeln (C,G,I) Rote Grütze mit Sahne (X)	Nudeleintopf mit viel Gemüse und Huhnfleisch (A,G,I) Rote Grütze mit Sahne (X) EW 4,6 F 1,6 KH 6,4 KJ 245 BE 0,5	Kleine Frikadelle auf Schmorgurken, dazu Petersilienkartoffeln (3,7, A,C,G,I,L) Rote Grütze mit Sahne (X)	2 Hefeklöße dazu heißes Pflaumenkompott (ohne Steine) (A,C,G) Rote Grütze mit Sahne (X)	Gebratene Kalbsleber mit Schmorzwiebeln und Apfelspalten, dazu Rotkohl und Kartoffelpüree (1,G,I,J) Rote Grütze mit Sahne (X) + 0,90 €	Kalbsbraten „à la Normande“ geschmort mit Cidre, Möhren, Äpfeln und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree und bunter Salat (1,G,I) Dessert des Tages
Samstag 18.07.	Linseneintopf und 2 Wiener Würstchen (2,3,7, G,I,J) Panacotta-Pudding (X)	Lockerer Hackbraten mit Rahmsauce, dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Panacotta-Pudding (X)	Feine Kalbsbratwurst mit Bratensoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Petersilienkartoffeln (1,3,7, G,I,J,L) Panacotta-Pudding (X) EW 4,0 F 6,6 KH 8,2 KJ 459 BE 0,6	2 Eierpfannkuchen mit heißem Heidelbeerkompott (A,C,G) Panacotta-Pudding (X)	Gabelspaghetti „Bologneser Art“ mit Gemüse-Bolognese und Parmesankäse (A,G,I) Panacotta-Pudding (X)	Gebratenes Forellenfilet mit Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,5,8, D,G,I,J,L) Panacotta-Pudding (X) + 0,70 €	Kalbsbraten „à la Normande“ geschmort mit Cidre, Möhren, Äpfeln und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree und bunter Salat (1,G,I) Dessert des Tages
Sonntag 19.07.	Gebratene Hähnchenbrust mit Geflügelsoße, dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln (1,3, F,G,L) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	Bratwurstschnecke auf mildem Sauerkraut, dazu Stampfkartoffeln (2,3, G,I) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	Putenkeulenbraten mit Geflügelsoße, dazu Blumenkohl mit weißer Soße und Petersilienkartoffeln (3,1,3,G,I,L) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) EW 6,0 F 7,0 KH 6,6 KJ 484 BE 0,6	Wildgulasch in Wacholdersoße mit Pilzen, dazu Butter-Spätzle (1,A,C,G,I,J) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	3 Eierpfannkuchen mit heißem Fruchtkompott (aus Kirschen, Heidelbeeren und Erdbeeren) (A,C,G) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	Rheinischer Sauerbraten vom Rind in typischer Soße (mit Rosinen), dazu Rahm-Rosenkohl und Kartoffelklöße (1,A,G,I,J) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) + 0,70 €	Kalbsbraten „à la Normande“ geschmort mit Cidre, Möhren, Äpfeln und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree und bunter Salat (1,G,I) 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



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!

30.

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch & Süß	Feinschmecker Menü	Internationales Wochengericht
	8,80 €	8,80 €	8,80 €	8,40 €	8,40 €	9,70 €	8,95 €
Montag 20.07.	Eisbeinfleisch auf Sauerkraut, dazu Erbspüree und Kartoffelbrei (2,3,7,G,I,J) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	Schweinegeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Champignons, dazu Spiralnudeln (A,G,I) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	Kräftiges Rindergulasch dazu Kartoffelpüree und Bohnensalat (1,G,I,J) Erdbeerpudding mit Sahne (X) EW 5,7 F 4,8 KH 7,0 KJ 397 BE 0,5	„Jägerpfanne“ mit Hackfleisch, und Pilzen, dazu Kartoffelbrei (1,G,I) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker, dazu heißes Backobst (2,3,5,G,L) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	Gebratenes Schweinenackensteak „Hawaii“ (mit Ananasscheibe und Käse überbacken) auf Currysoße, dazu Erbsen-Reis (G,I) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	„Allgäuer Schweinesteak“ gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und Tomatensalat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Dienstag 21.07.	Frikadelle mit Champignonsoße, dazu Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln (1,3,A,C,G,I,L) Joghurt „Pfirisch-Pistazie“ (X)	Hähnchenpfanne „chinesisch“ mit Huhnfleisch und pikantem Chinagemüse, dazu Curryreis (3,F,G,I) Joghurt „Pfirisch-Pistazie“ (X)	3 Königsberger Klopse mit Kapernsoße, dazu Salzkartoffeln (3,8, A,C,G,I,J,L) Joghurt „Pfirisch-Pistazie“ (X) EW 4,2 F 4,8 KH 6,8 KJ 370 BE 0,6	2 Bratwürstchen „Nürnberger Art“ auf Rahmwirsing, dazu Kartoffelpüree (7,G,I) Joghurt „Pfirisch-Pistazie“ (X)	„Sommer-Eintopf“ mit Möhren, grünen Bohnen, Kohlrabi, Kräutern und Grießklößchen (A,C,G,I) Joghurt „Pfirisch-Pistazie“ (X)	Gebratenes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensoße, dazu warmer Kartoffelsalat (3,8,C,D,G,I,L) Joghurt „Pfirisch-Pistazie“ (X) + 0,70 €	„Allgäuer Schweinesteak“ gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und Tomatensalat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Mittwoch 22.07.	Möhreintopf mit Kartoffelwürfeln, Petersilie und 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	2 kleine Frikadellen (mit Bratensoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Petersilienkartoffeln (2,3, A,C,G,I,J,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit Rotweinsauce, dazu feine Erbsen und Salzkartoffeln (1,3,F,G,I,J,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X) EW 6,7 F 1,5 KH 8,0 KJ 311 BE 0,7	Bremer Knipp dazu Salzkartoffeln und Apfelmus (kalt) (3,A,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	3 Eierpannkuchen dazu heiße Schokoladensoße mit Birnenstücken (A,C,G) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	„Sauerkrautplatte“ Kasseler, Bratwürstchen und Wienerle auf mildem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit Speck und Zwiebeln (2,3,7,G,I) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	„Allgäuer Schweinesteak“ gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und Tomatensalat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Donnerstag 23.07.	2 „Matjesfilets“ auf Hausfrauen Art in Apfel-Zwiebel-Sahnesoße, dazu Brechbohnen in Schwitze und Salzkartoffeln (2,3,C,D,G,I,J,L) Apfelmus-Aprikose (X)	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Spargel und Champignons, dazu Petersilienkartoffeln (3,G,L) Apfelmus-Aprikose (X)	Saftiger Schweinebraten mit Bratensoße, dazu Rotkohl und Petersilienkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Apfelmus-Aprikose (X) EW 8,5 F 3,8 KH 7,8 KJ 414 BE 0,7	Kleines paniertes Hähnchenschnitzel auf Geflügelsoße, dazu buntes Sommergemüse und Salzkartoffeln (1,3, A,G,L) Apfelmus-Aprikose (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Pflaumenkompott (G) Apfelmus-Aprikose (X)	Pfifferlinge mit etwas Speck, Zwiebeln und Kräutern, dazu ein goldgelbes Eieromelett und Kartoffel-Röstitaler (1,2,C,G,I,J) Apfelmus-Aprikose (X)	„Allgäuer Schweinesteak“ gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und Tomatensalat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Freitag 24.07.	„Falscher Hase“ Hackbraten mit Bratensoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3, A,G,I,J,L) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	Spitzkohl-Eintopf mit Erbsen, Blumenkohl, Möhren, Kartoffeln, Petersilie und Fleischbällchen (C,G,I) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	Gedünstetes Seelachsfilet in Senfsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Möhrensalat (2,3,8, D,G,I,J,L) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X) EW 6,0 F 2,0 KH 6,0 KJ 282 BE 0,5	Rindergulasch mit Champignons, dazu Eiernudeln (1,A,C,G,I,J) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	Kräuter-Rührei mit Bratkartoffeln, dazu Gurkensalat (C,G,I) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	1/2 Grill-Hähnchen dazu warmer Kartoffelsalat und Bohnensalat (8) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X)	„Allgäuer Schweinesteak“ gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und Tomatensalat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Samstag 25.07.	Bratwurst „Thüringer Art“ mit Bratensoße, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffelpüree (1,7, G,I,J) Grießdessert (X)	2 gekochte Eier auf Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln (3,C,G,I,L) Grießdessert (X)	Grüner Bohneneintopf mit Kräutern, Kartoffelwürfeln und Rindfleischinlage (G,I) Grießdessert (X) EW 3,7 F 1,9 KH 5,0 KJ 202 BE 0,4	Hähnchenfleisch in Currysoße mit Fruchtinlage, dazu bunter Gemüseris (G) Grießdessert (X)	3 Eierpannkuchen mit heißem Fruchtkompott (Pfirisch, Ananas und Mandarinspalten) Grießdessert (X)	Schollenfilet „Finkenwerder Art“ natur gebraten, mit Speckstippe, dazu Petersilienkartoffeln und gemischter Salat (2,3,D,I,L) Grießdessert (X) + 0,70 €	„Allgäuer Schweinesteak“ gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und Tomatensalat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Sonntag 26.07.	Sauerbraten „Rheinische Art“ vom Schwein in typischer Soße mit Rosinen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,G,I,J) Zitronenmousse (X)	Huhn Eintopf „Royal“ mit Eierstich, Gemüse, Huhnfleisch und Reis (C,G,I) Zitronenmousse (X)	Kalbsgeschnetzeltes in Sahnesoße mit Champignons, dazu Pariser Karotten und Petersilienkartoffeln (3,G,I,L) Zitronenmousse (X) EW 4,3 F 2,2 KH 7,0 KJ 280 BE 0,5	2 Kochklopse auf Blumenkohl in weißer Soße, dazu Kräuterpüree (A,C,G,I,J) Zitronenmousse (X)	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus (kalt) (C) Zitronenmousse (X)	Gebratene Entenkeule mit Geflügelsoße, dazu Fingermöhren und Kartoffelklöße (1,A,G) Zitronenmousse (X) + 0,70 €	„Allgäuer Schweinesteak“ gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und Tomatensalat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages



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 = Sesam/-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.

5 0 J A H R E
ESSEN
AUF RÄDERN

