



8.	Tagesmenü M1 € 10,40	Diabetiker M2 € 10,40	Schonkost M3 € 10,40	Feinschmecker M4 € 11,30	Vegetarisch M5 € 10	Süßspeise M8 € 10	Spezielles und Regionales M10 € 10,55
Montag 16.2.	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	Zwei Matjesfilets mit Zwiebelringen, dazu Speckbohnen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie + € 1,25
Dienstag 17.2.	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	Zwei Matjesfilets mit Zwiebelringen, dazu Speckbohnen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie + € 1,25
Mittwoch 18.2.	Kräftiger Hühnersuppeneintopf mit buntem Gemüse	Bratwurst in Sauce mit feinem Mischgemüse und Kartoffeln	Fischstäbchen mit Tomatensauce dazu Kartoffelpüree	Zartes Geflügelschnitzel „Piccata Napoli“ mit Tomatenspaghetti	Kleine Ofenkartoffeln („Drillinge) mit Schale dazu Schnittlauchquark und Rohkostsalat	Griesflammeri „Baden Baden“ mit Fruchtsoße	Grünkohl mit Kochwurst und Pinkel, dazu Salzkartoffeln + € 0,75
Donnerstag 19.2.	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 Schweine- filet in Pilzrahmsauce dazu Gemüse und Kartoffeln	Kräuterseitling „Schnitzel“ mit heller Kräutersauce auf Gemüsereis	Germknödel mit Vanillesauce	Grünkohl mit Kochwurst und Pinkel, dazu Salzkartoffeln + € 0,75
Freitag 20.2.	Wiener Würstchen auf Sauerkraut und Petersilienkartoffeln	Gekochte Eier in Senfsauce mit Kräuterpüree dazu Sellerie-Möhrensalat	Hähnchenfleisch süß sauer mit Chinagemüse und kleinen 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	Paniertes Hähnchen- schnitzel „Jäger Art“ auf Rahm-Champignons, dazu Drillinge und Gurkensalat + € 1,25
Samstag 21.2.	Herzhafter Kasselerack in Apfelsauce mit Rotkohl und Kartoffeln	Klassischer Möhreneintopf mit pikanter Rinderfrikadelle	Linsen-Bolognese mit Vollkorn-Fusilli	Gebratene Hähnchenbrust in feiner Sauce mit Blattspinat und geriffelten Nudeln („Penne Rigate“)		Milchreis mit roter Grütze	Paniertes Hähnchen- schnitzel „Jäger Art“ auf Rahm-Champignons, dazu Drillinge und Gurkensalat + € 1,25
Sonntag 22.2.	Rinderragout mit Brokkoligemüse und Salzkartoffeln	Schweinebraten in milder Kümmel- Senf-Sauce mit Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln	Bunte Tortellini mit Käse-Spinatsauce	Grüne Tagliatelle (Bandnudeln) mit Hack und Champignons in Sauerrahm		Kaiserschmarrn mit Vanillesauce	Schollenfilet, paniert mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat + € 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.



Hauptgeschäftsstelle Varel  
Zum Jadebusen 12,  
26133 Varel-Langendamm  
Geschäftsstelle Jever - WHV  
Mühlenstraße 20, 26441 Jever

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

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!

9.															
	Tagesmenü M1 € 10,40	Diabetiker M2 € 10,40	Schonkost M3 € 10,40	Feinschmecker M4 € 11,30	Vegetarisch M5 € 10	Süßspeise M8 € 10	Spezielles und Regionales M10 € 10,55								
Montag 23.2.	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 Gemüsepastapikante Gemüsebolognese mit Vollkornnudeln	Milchreis mit Erdbeer- Rhabarberkompott	Schollenfilet, paniert mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat + € 2,75								
Dienstag 24.2.	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	Champignons, mit Speck, Zwiebeln und Kräutern, dazu ein goldgelbes Eieromelette und Kartoffel- Röstitaler und Gurkensalat + € 1,25								
Mittwoch 25.2.	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	Champignons, mit Speck, Zwiebeln und Kräutern, dazu ein goldgelbes Eieromelette und Kartoffel- Röstitaler und Gurkensalat + € 1,25								
Donnerstag 26.2.	Schweinebraten in pikanter Sauce mit Blumenkohlgemüse 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	Gebratene Kalbsleber mit Schmorzwiebeln und Apfelspalten, dazu Rotkohl und Kartoffelpüree + € 1,75								
Freitag 27.2.	Westfälische Dicke Bohnen mit Kasseler und Salzkartoffeln	Pikantes Schweinegulasch mit Gabelspaghetti	Kartoffelröstis mit Karotten, Brokkoli, Mais und Champignons in würziger Käsesauce	Gebackenes Seelachsfilet mit Kräutersensauce und Kartoffeln dazu Gurkensalat + € 0,70	Makkaroni-Nudeln mit Tomaten-Basilikum- sauce dazu Möhrensalat	Feiner Milchreis mit Zimtzucker und Apfelkompott	Gebratene Kalbsleber mit Schmorzwiebeln und Apfelspalten, dazu Rotkohl und Kartoffelpüree + € 1,75								
Samstag 28.2.	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	„Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 1,95								
Sonntag 1.3.	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	„Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 1,95								

# Menükarte

16. 2. 2026 – 1.3. 2026

KW 8/9

6 0 J A H R E

ESSEN

AUF RÄDERN



**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.