

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 Kräuterahmsauce 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-Gemüsepflanne 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 Schweinefilet 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 Hähnchenschnitzel „Jäger Art“ auf Rahm-Champignons, dazu Drillinge und Gurkensalat + € 1,25
Samstag 21.2.	Herzhafter Kasseler nacken 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 Hähnchenschnitzel „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

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

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 €
- 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!

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

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
Gemüsepasta**
pikante Gemüsebolognese
mit Vollkornnudeln

Milchreis
mit Erdbeer-
Rhabarberkomott

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
Herringsstipp**
in Sahne mit Apfel-
Gurken-Würfeln dazu
Petersilienkartoffeln

Geflügelbratwurst
in Thymiansauce
mit buntem Gemüse
und Langkornreis

Schweineleberragout
in Apfel-Sauce
dazu Kartoffelpüree
und Karottengemüse

**Kaiserfleisch
(Kasselerücken)**
auf Ananaskraut und
Kartoffelpüree

Gemüseragout
mit Erbsenpüree

Eierpfannkuchen
mit Apfelkomott

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
Apfelkomott

Gebratene Kalbsleber
mit Schmorzwiebeln und
Apfelspalten, dazu Rotkohl
und Kartoffelpüree
+ € 1,75

Samstag
28.2.

Geflügelfilets
in pikanter Sauce
mit zartem
Brokkoligemüse
und Spiralenudeln

**Herzhafter Wirsing-
Kohl-Eintopf**
mit Kartoffelstücken
und Rindfleisch

Kichererbsen-Curry
mit Kokosmilch
und Bulgur
(Hartweizengrütze)

Schweinebraten
in Kämmelsauce
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

Zusatstoffe:

1= mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmitteln,
4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschweifelt, 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/Menu ohne Salat, Dessert



Friesland-TK

Bitte ausfüllen:

Name _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

Änderungen vorbehalten.

ESSEN AUF RÄDERN



DER PARITÄTISCHE

Menükarte

16.2.2026 – 1.3.2026

KW 8/9

6 0 J A H R E