

51.	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch & Süß	Feinschmecker Menü	Internationales Wochengericht
	8,55 €	8,55 €	8,55 €	8,10 €	8,10 €	9,45 €	8,70 €
Montag 16.12.	Rahmgulasch „Jäger Art“ (vom Schwein) mit Waldpilzen, dazu Möhrengemüse und Salzkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Zitronenmousse (X)	Gefüllte Rinderroulade „bürgerlich“ (mit Hackfüllung) in typischer Soße, dazu Rotkohl und Kartoffelbrei (1,8,G,I,J) Zitronenmousse (X)	Frikadelle mit Sahnesoße, dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln (1,3,A,C,G,I,J,L) Bananencreme (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 (G,I) Zitronenmousse (X)	Steckrübeneintopf mit Möhrenscheiben, Kartoffelwürfeln und Petersilie (G,I) Zitronenmousse (X)	„Holzfällersteak“ vom Schweinenacken mit Schmorzwiebeln, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln und Krautsalat (1,2,G,I,J) Zitronenmousse (X)	„Christmas Turkey“ - Truthahnbraten mit Preiselbeersoße, dazu Rosenkohl und gebackene Kartoffelspalten (1,A,G,I,J) Dessert des Tages
Dienstag 17.12.	3 Bratwürstchen „Nürnberger Art“ auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree (2,3,7,G,I) Fruchtcocktail	Bunter Gemüseintopf mit viel Gemüse, Kräutern, Kartoffelwürfeln und Rindfleischinlage (G,I) Fruchtcocktail	Ungarisches Gulasch (vom Rind) mit Paprika und Zwiebeln, dazu Fingermöhrchen und Salzkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Fruchtcocktail EW 5,6 F 3,3 KH 6,1 KJ 295 BE 0,5	Gebratene Fischstäbchen, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse und Kräutern) (A,D,G) Fruchtcocktail	Eierpfannkuchen mit Quark-Rosinen-Füllung, Butter, Zimt und Zucker (1,A,C,G) Fruchtcocktail	„Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Salzkartoffeln (2,3,4,7,A,I,J,L) Fruchtcocktail	„Christmas Turkey“ - Truthahnbraten mit Preiselbeersoße, dazu Rosenkohl und gebackene Kartoffelspalten (1,A,G,I,J) Dessert des Tages
Mittwoch 18.12.	Grüner Bohneneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Kirschcreme (G)	2 kleine Frikadellen auf buntem Frühlingsgemüse mit Holländischer Soße, dazu Kräuterpüree (A,C,G,I) Kirschcreme (G)	Gefüllte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Bratensoße, dazu Kartoffelpüree (1,A,C,G,I,J) Kirschcreme (G) EW 2,5 F 3,5 KH 6,3 KJ 275 BE 0,5	Bremer Knipp, dazu Salzkartoffeln und Apfelmus (kalt) (3,A,L) Kirschcreme (G)	Gefüllte Paprikaschote (mit Gemüse-Getreidefüllung) auf fruchtiger Tomatensoße, dazu Kürbis-Kartoffelpüree (A,C,F,G,I,J) Kirschcreme (G)	Gebratenes Schollenfilet, natur mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Bohnensalat (3,D,G,I,J,L) Kirschcreme (G) + 0,70€	„Christmas Turkey“ - Truthahnbraten mit Preiselbeersoße, dazu Rosenkohl und gebackene Kartoffelspalten (1,A,G,I,J) Dessert des Tages
Donnerstag 19.12.	3 Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8,A,C,G,I,J,L) Vanillepudding mit Schokoladensoße (G)	Leckeres „Fisch-Curry“ mit Möhren und Erbsen, abgeschmeckt mit Curry und Kokosmilch, dazu Reis (D,G,I) Vanillepudding mit Schokoladensoße (G)	Kasselerbraten mit Soße, dazu Rotkohl und Petersilienkartoffeln (1,2,3,7,G,I,J,L) Vanillepudding mit Schokoladensoße (G) 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 mit Schokoladensoße (G)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (G) Vanillepudding mit Schokoladensoße (G)	2 kleine panierte Schweineschnitzel „Wiener Art“ mit Bratensoße, dazu gebackene Kartoffelspalten und gemischter Salat (1,A,G,I,J) Vanillepudding mit Schokoladensoße (G)	„Christmas Turkey“ - Truthahnbraten mit Preiselbeersoße, dazu Rosenkohl und gebackene Kartoffelspalten (1,A,G,I,J) Dessert des Tages
Freitag 20.12.	Gebratenes Seelachsfilet, natur, mit Champignonsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,I,J,L) Mandelpudding mit Kirschoße (G)	2 Spiegeleier auf Rahmspinat, dazu Bratkartoffeln (C,G,I) Mandelpudding mit Kirschoße (G)	Nudeleintopf mit viel Gemüse und Huhnfleisch (A,G,I) Mandelpudding mit Kirschoße (G) 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) Mandelpudding mit Kirschoße (G)	2 Hefeklöße dazu heißes Pflaumenkompott (ohne Steine) (A,C,G) Mandelpudding mit Kirschoße (G)	Gebratene Kalbsleber mit Schmorzwiebeln und Apfelspalten, dazu Rotkohl und Kartoffelpüree (1,G,I,J) Mandelpudding mit Kirschoße (G) + 0,90€	„Christmas Turkey“ - Truthahnbraten mit Preiselbeersoße, dazu Rosenkohl und gebackene Kartoffelspalten (1,A,G,I,J) Dessert des Tages
Samstag 21.12.	Linseneintopf und 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I,J) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G)	Lockerer Hackbraten mit Rahmsauce, dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G)	Feine Kalbsbratwurst mit Bratensoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Petersilienkartoffeln (1,3,7,G,I,J,L) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G) EW 4,0 F 6,6 KH 8,2 KJ 459 BE 0,6	2 Eierpfannkuchen mit heißem Heidelbeerkompott (A,C,G) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G)	Gabelspaghetti „Bologneser Art“ mit Gemüse-Bolognese und Parmesankäse (A,G,I) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G)	Gebratenes Schollenfilet, natur, mit Shrimps und Kräuterbutter, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat (1,2,3,8,B,D,G,J) Erdbeer-Rhabarber-Creme (G) + 0,70€	„Christmas Turkey“ - Truthahnbraten mit Preiselbeersoße, dazu Rosenkohl und gebackene Kartoffelspalten (1,A,G,I,J) Dessert des Tages
Sonntag 22.12.	Gebratene Hähnchenbrust mit Geflügelsoße, dazu Fingermöhrchen und Salzkartoffeln (1,3,F,G,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Bratwurstschnecke auf mildem Sauerkraut, dazu Stampfkartoffeln (2,3,G,I) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Putenkeulenbraten mit Geflügelsoße, dazu Blumenkohl mit weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3,G,I,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X) EW 6,0 F 7,0 KH 6,6 KJ 484 BE 0,6	Wildgulasch in Wacholdersauce mit Pilzen, dazu Butter-Spätzle (1,A,C,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	3 Eierpfannkuchen mit heißem Fruchtkompott (aus Kirschen, Heidelbeeren und Erdbeeren) (A,C,G) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Schweinefiletbraten in Sauerrahmsauce mit Champignons, dazu Kartoffel-Röstitaler und Tomatensalat (1,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X) + 0,70€	„Christmas Turkey“ - Truthahnbraten mit Preiselbeersoße, dazu Rosenkohl und gebackene Kartoffelspalten (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.



PARITÄT

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



Varel, WHV: 04451 9146-0, Annette.Eilers@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 Heiauslieferung 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 Menüdiens-te 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 Menü-dienste 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 Wohl-fahrtsverbandes voll und ganz entsprechen. Sie haben eine gute Wahl getroffen!

52.	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch & Süß	Feinschmecker Menü	Internationales Wochengericht
	8,55 €	8,55 €	8,55 €	8,10 €	8,10 €	9,45 €	8,70 €
Montag 23.12.	„Falscher Hase“ - Hackbraten mit Bratensoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Joghurt „Mango“ (X)	Schweinegeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Champignons, dazu Spiralnudeln (A,G,I) Joghurt „Mango“ (X)	Kräftiges Rindergulasch, dazu Kartoffelpüree und Bohnensalat (1,G,I,J) Fruchtjoghurt (X) EW 3,7 F 3,7 KH 6,5 KJ 309 BE 0,5	„Jägerpfanne“ mit Hackfleisch, und Pilzen, dazu Kartoffelbrei (1,G,I) Joghurt „Mango“ (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker, dazu heißes Backobst (2,3,G,L) Joghurt „Mango“ (X)	Pfifferlinge mit etwas Speck, Zwiebeln und Kräutern, dazu ein goldgelbes Eieromelett und Kartoffel-Röstitaler (1,2,C,G,I,J) Joghurt „Mango“ (X) + 0,70€	„Losos wędzony“ Räucherlachs mit Dill-Sahnemeerrettich, dazu 4 Kartoffelpuffer (3,5,C,D,G,L) Dessert des Tages
Dienstag 24.12.	Grünkohl mit Kochwurst und Pinkel, dazu Salzkartoffeln (2,3,4,A,I,J,L) Schokoladen-Weihnachtsmann (X)	Hähnchenpfanne „chinesisch“ mit Huhnfleisch und pikantem Chinagemüse, dazu Curryreis (3,F,G,I) Schokoladen-Weihnachtsmann (X)	3 Königsberger Klopse mit Kapernsoße, dazu Salzkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8,A,C,G,I,J,L) Schokoladen-Weihnachtsmann (X) EW 4,8 F 3,5 KH 7,7 KJ 382 BE 0,6	„Currywurst“ frische grobe Bratwurst mit Ketchup-Soße, dazu warmer Kartoffelsalat (3,4,7,8,G,I,J,L) Schokoladen- Weihnachtsmann (X)	Kräftiger Linseneintopf (G,I,J) Schokoladen- Weihnachtsmann (X)	3 „Matjesfilets“ mit Zwiebelringen, dazu Bohnen- bündchen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie (2,3,D,G,L) Schokoladen-Weihnachtsmann (X) + 0,70€	„Losos wędzony“ Räucherlachs mit Dill-Sahnemeerrettich, dazu 4 Kartoffelpuffer (3,5,C,D,G,L) Dessert des Tages
Mittwoch 25.12.	Entenbraten mit Geflügelsoße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,G) Marzipanpudding (G)	2 kleine Frikadellen mit Bratensoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3,A,C,G,I,J,L) Marzipanpudding (G)	Gebratenes Seelachsfilet in Senfsoße, dazu Petersilienkartof- feln und Möhrensalat (2,3,8,D,G,I,J,L) Marzipanpudding (G) EW 6,7 F 3,1 KH 8,0 KJ 370 BE 0,6	2 Bratwürstchen „Nürnberger Art“ auf Rahmwirsing, dazu Kartoffelpüree (7,G,I) Marzipanpudding (G)	3 Eierpfannkuchen, dazu heiße Schokoladensoße mit Birnenstücken (A,C,G) Marzipanpudding (G)	Wildschweinbraten in Sauerrahmsoße mit Waldpilzen, dazu Butterspätzle und Apfelmus mit Preiselbeeren (kalt) (1,A,C,G,I,J) Marzipanpudding (G) + 0,90€	„Losos wędzony“ Räucherlachs mit Dill-Sahnemeerrettich, dazu 4 Kartoffelpuffer (3,5,C,D,G,L) Dessert des Tages
Donnerstag 26.12.	Kasseler mit Bratensoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Stampfkartoffeln (1,2,3,7,G,I,J)	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Spargel und Champignons, dazu Petersilienkartoffeln (3,G,L) Vanillepudding mit Sahne (X)	Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit Rotweinsoße, dazu Kohlrabi- gemüse und Salzkartoffeln (1,3,F,G,I,J,L) Vanillepudding mit Sahne (X) EW 5,8 F 2,0 KH 6,0 KJ 258 BE 0,5	Kleines paniertes Hähnchenschnitzel auf Geflügelsoße, dazu buntes Sommergemüse und Salzkartoffeln (1,3,A,G,L) Vanillepudding mit Sahne (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Pflaumenkompott (G) Vanillepudding mit Sahne (X)	Gebratene Gänsebrust in Orangensoße, mit Mandarinen- spalten, dazu Rotkohl und Kartoffel- klöße (1,A,G) Vanillepudding mit Sahne (X) + 0,90€	„Losos wędzony“ Räucherlachs mit Dill-Sahnemeerrettich, dazu 4 Kartoffelpuffer (3,5,C,D,G,L) Dessert des Tages
Freitag 27.12.	Geschmorte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) in Bratensoße, dazu Salzkartoffeln (1,3,A,C,G,I,J,L) Apfelmus	Spitzkohl-Eintopf mit Erbsen, Blumenkohl, Möhren, Kartoffeln, Petersilie und Fleisch- bällchen (C,G,I) Apfelmus	Saftiger Schweinebraten mit Bratensoße, dazu Rotkohl und Petersilienkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Apfelmus EW 8,5 F 3,8 KH 7,8 KJ 414 BE 0,7	Rindergulasch mit Champignons, dazu Eiernudeln (1,A,C,G,I,J) Apfelmus	Kräuter-Rührei dazu Fingermöhrrchen mit Butter und Petersilie und Bratkartoffeln (C,G,I) Apfelmus	1/2 Grill-Hähnchen mit warmem Speck-Kartoffelsalat (2,8) Apfelmus	„Losos wędzony“ Räucherlachs mit Dill-Sahnemeerrettich, dazu 4 Kartoffelpuffer (3,5,C,D,G,L) Dessert des Tages
Samstag 28.12.	Bratwurst „Thüringer Art“ mit Bratensoße, dazu Kohlrabi- gemüse und Kartoffelpüree (1,7,G,I,J) Spekulatiuspudding (G)	2 gekochte Eier auf Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln (3,C,G,I,L) Spekulatiuspudding (G)	Grüner Bohneneintopf mit Kräutern, Kartoffelwürfeln und Rindfleischinlage (G,I) Spekulatiuspudding (G) EW 3,7 F 1,9 KH 5,0 KJ 202 BE 0,4	Hähnchenfleisch in Currysoße mit Fruchteinlage, dazu bunter Gemüserais (G) Spekulatiuspudding (G)	3 Eierpfannkuchen mit heißem Fruchtkompott (Pflirsich, Ananas und Mandarinen- spalten) (A,C,G) Spekulatiuspudding (G)	Gebratenes Forellenfilet mit Zitronen-Kräutersoße, dazu Petersilienkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,I,J,L) Spekulatiuspudding (G) + 0,70€	„Losos wędzony“ Räucherlachs mit Dill-Sahnemeerrettich, dazu 4 Kartoffelpuffer (3,5,C,D,G,L) Dessert des Tages
Sonntag 29.12.	Sauerbraten „Rheinische Art“ vom Schwein in typischer Soße mit Rosinen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,G,I,J) Joghurt „Pflaume-Zimt“ (X)	Huhneintopf „Royal“ mit Eierstich, Gemüse, Huhnfleisch und Reis (C,G,I) Joghurt „Pflaume-Zimt“ (X)	Kalbsgeschnetzeltes in Sahnesoße mit Champignons, dazu Pariser Karotten und Petersilienkartoffeln (3,G,I,L) Joghurt „Pflaume-Zimt“ (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) Joghurt „Pflaume-Zimt“ (X)	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus (kalt) (C) Joghurt „Pflaume-Zimt“ (X)	Gebratene Entenkeule mit Geflügelsoße, dazu Grünkohl und Kartoffelklöße (1,2,3,A,G,I,J) Joghurt „Pflaume-Zimt“ (X) + 0,90€	„Losos wędzony“ Räucherlachs mit Dill-Sahnemeerrettich, dazu 4 Kartoffelpuffer (3,5,C,D,G,L) 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 = 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

Menükarte

16.12.2019 – 29.12.2019

KW 51/52

50 JAHRE

ESSEN

AUF RÄDERN