



52.

**Tagesmenü  
M1  
€ 9,90**

**Diabetiker  
M2  
€ 9,90**

**Schonkost  
M3  
€ 9,90**

**Feinschmecker  
M4  
€ 10,80**

**Vegetarisch  
M5  
€ 9,50**

**Süßspeise  
M8  
€ 9,50**

**Spezielles und  
Regionales  
M10  
€ 10,05**

ORIGINAL  
**ESSEN**  
AUF RÄDERN

Montag  
22.12.

Mini-Hacksteaks  
in Bratensauce  
dazu bunte Bohnen  
und Kartoffelpüree

Hähnchenbrustfilet  
in feiner Sauce  
mit Möhren-Gemüse  
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

Paniertes Hähnchen-  
schnitzel „Jäger Art“  
auf Rahm-Champignons,  
dazu Drillinge und  
Gurkensalat  
+ € 1,25

Dienstag  
23.12.

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-  
Gemüsepflanne  
mit Kräutersauce  
und Kartoffelpüree

Eierpfannkuchen  
gefüllt mit Heidelbeeren  
dazu Vanillesauce

Paniertes Hähnchen-  
schnitzel „Jäger Art“  
auf Rahm-Champignons,  
dazu Drillinge und  
Gurkensalat

Mittwoch  
24.12.  
Heiligabend

Zartes Rinder-  
geschnetzeltes  
in Pfefferrahmsauce  
mit buntem Gemüse  
dazu Nudeln

Wildlachs  
mit Senf-Dillsauce  
dazu Rustikakarotten  
und Kartoffeln

Schweinefilet  
in feiner Sauce  
mit Wirsing-Gemüse  
und Kartoffelpüree

Entenbrust  
in feiner Orangensauce,  
dazu Rotkohl  
und Kartoffelklöße  
+ € 1,20

Vegetarische  
Paprikaschote  
mit Bulgur,  
dazu Tomatensauce

Griesflammeri  
Baden Baden  
mit Fruchtsoße

„Grünkohlplatte“ -  
Grünkohl mit Kasseler,  
Pinkel und Kochwurst, dazu  
Bratkartoffeln mit Speck  
und Zwiebeln  
+ € 1,95

Donnerstag  
25.12.  
1. Weihnachtstag

Zarte Hähnchenbrust  
in Currysauce  
dazu Brokkoli  
und Langkornreis

Rinderroulade  
in Sauce  
mit Romanesco  
dazu Salzkartoffeln

Schweinebraten  
in dunkler Sauce,  
dazu Sauerkraut  
und Kartoffeln

Zartes Wildgulasch  
vom Hirsch  
mit Waldpilzen,  
dazu feine Bohnen  
und Butterspätzle  
+ € 1,20

Vegetarische  
Bulgurpfanne  
mit Couscous-Gemüse  
und pikatner Curry-  
Ingwersauce

Kaiserschmarrn  
mit Zimtpflaumen-Kompott

Freitag  
26.12.  
2. Weihnachtstag

Schweinerückensteak  
in Rahmsauce mit zartem  
Kaisergemüse und  
Butterpüree

Geflügelhackbraten  
in feiner Sauce mit zartem  
Kaisergemüse und Reis

Wolfsbarschfilet natur  
in Kräuterrahmsauce  
mit feinem Gemüse  
und kleinen Bandnudeln

Sauerbraten  
mit kleinen Kartoffeln  
und Rotrautsalat  
+ € 0,70

Brokkoliröschen  
mit gerösteten Mandeln  
in Sauce Holländische Art  
und Petersilienkartoffeln

Sahnegrießbrei  
mit Waldfrüchten

Samstag  
27.12.

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 geriebenen  
Nudeln („Penne Rigate“)

Milchreis  
mit roter Grütze

Schollenfilet, paniert  
mit Kräuterbutter und  
Champignons, dazu  
Salzkartoffeln und  
Möhrensalat  
+ € 2,75

Sonntag  
28.12.

Rinderragout  
mit Brokkoli-Gemüse  
und Salzkartoffeln

Schweinebraten  
in milder Kümmel-  
Senf-Sauce mit  
Schwarzwurzel-Gemüse  
und Salzkartoffeln

Bunte Tortellini  
mit Käse-Spinatsauce

Kleine Bandnudeln  
mit Hack und  
Champignons  
in Sauerrahm

Kaiserschmarrn  
mit Vanillesauce

Schollenfilet, paniert  
mit Kräuterbutter und  
Champignons, dazu  
Salzkartoffeln und  
Möhrensalat  
+ € 2,75

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



1.

**Tagesmenü  
M1  
€ 9,90**

**Diabetiker  
M2  
€ 9,90**

**Schonkost  
M3  
€ 9,90**

**Feinschmecker  
M4  
€ 10,80**

**Vegetarisch  
M5  
€ 9,50**

**Süßspeise  
M8  
€ 9,50**

**Spezielles und  
Regionales  
M10  
€ 10,05**

**Montag  
29.12.**

**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**

**Bremer Knipp  
dazu Salzkartoffeln  
und Apfelmus (kalt)**

**Dienstag  
30.12.**

**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**

**Bremer Knipp  
dazu Salzkartoffeln  
und Apfelmus (kalt)**

**Mittwoch  
31.12.  
Silvester**

**Hamburger  
Herringsstipp  
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  
(Kasseler Rücken)  
auf Ananaskraut  
und Kartoffelpüree**

**Gemüseragout  
mit Erbsenpüree**

**Eierpfannkuchen  
mit Apfelkomott**

**Grünkohl  
mit Kasseler und Pinkel,  
dazu Salzkartoffeln  
+ € 0,75**

**Donnerstag  
1.1.  
Neujahr**

**KALT (Anlieferung am 31.12.)  
Panierter  
Schweineschnitzel  
mit Senf, garniert, dazu  
Kartoffelsalat Hausfrauen  
Art (mit Mayonnaise)**

**KALT (Anlieferung am 31.12.)  
Gegrillte Hähnchen-  
brust,  
garniert, dazu bunter  
Nudelsalat**

**KALT (Anlieferung am 31.12.)  
Kasseler Rücken-Braten  
auf leckerem Gemüsesalat  
(mit etwas Mayonnaise  
angemacht), garniert, dazu  
Vollkornbrot und Butter**

**KALT (Anlieferung am 31.12.)  
Geräucherter Lachs  
u. Forellenfilet, garniert  
mit Zwiebelringen u. Zitrone,  
dazu Meerrettich, Waldorf-  
salat, Toastbrot u. Butter**

**KALT (Anlieferung am 31.12.)  
Süßer Milchreis  
mit Zimt und Zucker  
und Sauerkirschen (ohne  
Steine)**

**Der Paritätische wünscht  
Ihnen ein frohes und  
gesundes neues Jahr 2026!**

**Freitag  
2.1.**

**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  
mit Tomaten-  
Basilikumsauce  
dazu Möhrensalat**

**Feiner Milchreis  
mit Zimtzucker und  
Apfelkomott**

**Champignons,  
mit Speck, Zwiebeln und  
Kräutern, dazu ein goldgelbes  
Eieromelette und Kartoffel-  
Röstitaler und Gurkensalat  
+ € 1,25**

**Samstag  
3.1.**

**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  
mit Kümmelsauce  
mit Romanescogemüse  
und Klößen**

**Eierpfannkuchen  
mit gebratenem Apfel  
und Vanillesauce**

**Champignons,  
mit Speck, Zwiebeln und  
Kräutern, dazu ein goldgelbes  
Eieromelette und Kartoffel-  
Röstitaler und Gurkensalat  
+ € 1,25**

**Sonntag  
4.1.**

**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= geschweift, 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

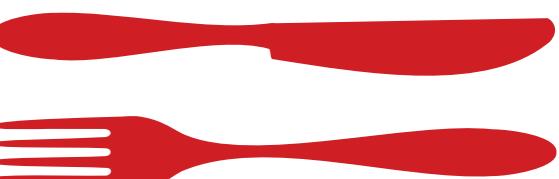
Straße

PLZ/Ort

Telefon

Änderungen vorbehalten.

6 0 J A H R E  
**ESSEN**  
AUF RÄDERN



**DER PARITÄTISCHE**

**Menükarte**  
22.12.2025 – 4.1.2026

**KW 52/1**