

13.

	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 23.03.	Kasseler mit Bratensoße, dazu Rosenkohl in Rahm und Salzkartoffeln (1,2,3,7,G,I,J,L) Wackelpudding (X)	„Falscher Hase“ Hackbraten mit Bratensoße, dazu Möhrengemüse und Kartoffelpüree (1,A,G,I,J) Wackelpudding (X)	Blumenkohl mit 3 Kochklopsen in Holländischer Soße, dazu Kräuter-Kartoffelpüree (A,C,G,I,J) Wackelpudding (X) EW 5,8 F 5,6 KH 7,0 KJ 430 BE 0,6	Hackfleisch-Gemüse-Pfanne mit Möhren, Tomaten, Mais, Paprika und Champignons, dazu Butternudeln (1,A,G,I,J) Wackelpudding (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Mandarinenkompott (1,G) Wackelpudding (X)	Zartes, paniertes Hähnchenschnitzel (gefüllt mit Frischkäse) auf warmen Kartoffelsalat, dazu Tomatensalat (8,A,G) Wackelpudding (X)	„Allgäuer Schweinenackensteak“ - gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und gemischter Salat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Dienstag 24.03.	Geschmorte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) in Bratensoße, dazu Salzkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X)	Paniertes Schweineschnitzel „Cordon bleu“ (mit Käse und Schinken gefüllt) mit Soße, dazu Kräuter-Kartoffelpüree (1,2,3,A,G,I,J) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X)	Steckrüben-Eintopf mit Möhrenscheiben, Kartoffelwürfeln, Petersilie und Kasselerfleisch (2,3,7,G,I) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X) EW 2,3 F 1,9 KH 5,3 KJ 207 BE 0,4	2 Eierpfannkuchen mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (A,C,G) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X)	Käse-Nudeln Gabelspaghetti mit Reibekäse, dazu fruchtige Tomatensoße und Gurkensalat (1,2,A,G,I) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X)	3 „Matjesfilets“ mit Zwiebelringen, dazu Bohnen- bündchen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie (2,3,4,D,G,L) Strudel-Pudding Vanille/ Schoko (X) + 0,70 €	„Allgäuer Schweinenackensteak“ - gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und gemischter Salat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Mittwoch 25.03.	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X)	Rinderschmorbraten mit Rotweinsoße, dazu Blumenkohl mit weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X)	Feine Kalbsbratwurst mit Rahmsoße, dazu Brokkoliröschen und Petersilienkartoffeln (1,3,7,G,I,J,L) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X) EW 4,0 F 7,2 KH 5,6 KJ 433 BE 0,5	Kleine Frikadelle auf Rahmwirsing, dazu Kartoffelpüree (7,A,C,G,I) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X)	Süßer Grießflammeri mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (A,G) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X)	„Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln (2,3,4,7,A,I,J) Fruchtjoghurt Waldfrucht (X)	„Allgäuer Schweinenackensteak“ - gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und gemischter Salat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Donnerstag 26.03.	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Gemüseinlage (Spargel, Champignons, Möhren, Erbsen), dazu Petersilienkartoffeln (3,G,L) Vanillepudding (X)	Grüner Bohneneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Vanillepudding (X)	„Jäger-Hackbraten“ mit Pilzsoße, dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Vanillepudding (X) EW 6,6 F 3,0 KH 7,2 KJ 352 BE 0,6	Seemannslabskaus mit 1 Spiegelei und 1 Rollmops (2,8,C,D,G,I,J) Vanillepudding (X)	Vegetarische Bratwurst auf Spitzkohl-Möhren-Gemüse, dazu Kräuterpüree (A,C,G) Vanillepudding (X)	Gebratene Entenbrust „Chinesisch“ mit pikantem Chinagemüse, dazu Bandnudeln (3,A,F,G,I) Vanillepudding (X) + 0,90 €	„Allgäuer Schweinenackensteak“ - gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und gemischter Salat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Freitag 27.03.	Gebratenes Seefischfilet „natur“ mit Dillsoße, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,I,J,L) Rote Grütze mit Sahne (X)	Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) in fruchtiger Tomatensoße, dazu weichgekochter Reis (G,I) Rote Grütze mit Sahne (X)	Schinken-Rührei, dazu Spargelgemüse in Holländischer Soße und Petersilien- kartoffeln (1,2,3,7,C,F,G,I,L) Rote Grütze mit Sahne (X) EW 4,3 F 5,2 KH 5,2 KJ 364 BE 0,4	Gebratenes Hähnchenbrustfilet, natur, auf buntem Frühlingsgemüse, dazu Kräuterpüree (G) Rote Grütze mit Sahne (X)	Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung (ohne Rosinen), dazu heiße Vanillesoße (1,A,C,G) Rote Grütze mit Sahne (X)	Gegrillte Schweinehaxe (ohne Knochen) auf Bayrisch Kraut, dazu Speck-Kartoffelpüree (2,G,I) Rote Grütze mit Sahne (X)	„Allgäuer Schweinenackensteak“ - gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und gemischter Salat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Samstag 28.03.	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse und Kräutern) (1,A,G) Panacotta-Pudding (X)	3 Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8,A,C,G,I,J,L) Panacotta-Pudding (X)	Mageres Kasseler auf Sauerkraut, dazu Kartoffelbrei (2,3,7,G,I) Panacotta-Pudding (X) EW 4,2 F 3,8 KH 7,3 KJ 411 BE 0,7	Putengulasch, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,G,I) Panacotta-Pudding (X)	Leckere Pilzpfanne in Rahmsoße, dazu Butterspätzle (1,3,A,C,G,I) Panacotta-Pudding (X)	Schollenfilet, natur gebraten, mit Kräuterbutter, Kapern und Zitronenstückchen, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,I,L) Panacotta-Pudding (X) + 0,70 €	„Allgäuer Schweinenackensteak“ - gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und gemischter Salat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages
Sonntag 29.03.	Rahmgulasch (vom Schwein), dazu Leipziger Allerlei und Butternudeln (1,A,G,I,J) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	2 kleine Frikadellen auf Schmorwurkgemüse mit Dill, dazu Salzkartoffeln (3,A,C,G,I,L) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	Kalbsfrikassee in weißer Soße mit Spargel und Champignons, dazu Fingermöhren und Petersilienkartoffeln (3,G,I,L) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) EW 8,1 F 1,3 KH 8,0 KJ 324 BE 0,7	Kräuter-Rührei, dazu leckere Bratkartoffeln (C,G,I) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	Süßer Milchreis mit Zimt und Zucker, dazu heiße Schattenmorellen (ohne Steine) (G) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	2 kleine Rinderrouladen „Hausfrauen Art“ (gefüllt mit Speck, Zwiebeln und Gurke) in typischer Soße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,2,8,A,G,I,J) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) + 0,90 €	„Allgäuer Schweinenackensteak“ - gebratenes Nackensteak, überbacken mit Champignons, Schinken und Käse, dazu Kartoffel-Röstitaler und gemischter Salat (2,3,7,G,I) Dessert des Tages

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.

**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 Heiðauslieferung 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 Menüdiensete getestet, die täglich Mittagessen an Privathaushalte in Berlin liefern. GLORIA Menü-Bringdienst wurde hierbei mit dem Qua-

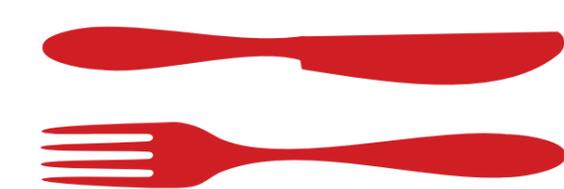
litätsurteil „gut (2,5)“ ausgezeichnet und am besten bewertet, gemeinsam mit einem weiteren Anbieter. Die anderen vier Menüdienste erhielten lediglich das Qualitätsurteil „befriedigend“. Hervorgehoben wurde die ernährungsphysiologische Qualität der GLORIA Menüs (u.a. Fett-, Salz-, Vitamingehalt, Auswahl 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!

14.

	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 30.03.	Rostbratwurst mit Rahmsoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Salzkartoffeln (1,3,4,7,G,I,J,L) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	Wildgulasch in Wacholdersoße mit Pilzen, dazu Spiral-Nudeln und Kürbis, „süß-sauer“ (1,A,G,I,J) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	Gefüllte Rinderroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Soße, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln (1,2,3,8,G,I,J,L) Erdbeerpudding mit Sahne (X) EW 7,3 F 2,5 KH 6,0 KJ 326 BE 0,5	Gebratene Fischstäbchen, dazu warmer Kartoffelsalat (8,A,D) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	Bunter Eintopf aus Möhren, Bohnen und Blumenkohl, mit Kartoffelwürfeln und Petersilie (G,I) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	Kasseler auf mildem Ananas-Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit ausgelassenem Speck und Zwiebeln (2,3,7,G,I) Erdbeerpudding mit Sahne (X)	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Dienstag 31.03.	Linseneintopf mit Speck, Wurzelgemüse und 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I,J) Joghurt „Holunder-Orange“ (X)	Gegrillte Hähnchenkeule mit Champignon-Rahmsoße, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse und Kräutern) (1,G,I) Joghurt „Holunder-Orange“ (X)	Gefüllte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Bratensoße, dazu Kartoffelpüree (1,G,I,J) Joghurt „Holunder-Orange“ (X) EW 2,5 F 3,5 KH 6,3 KJ 275 BE 0,5	Rindergulasch „bürgerliche Art“ mit Gemüseeinlage, dazu Spiral-Nudeln (1,A,G,I,J) Joghurt „Holunder-Orange“ (X)	3 Eierpannkuchen mit heißem Heidelbeerkompott (A,C,G) Joghurt „Holunder-Orange“ (X)	2 kleine panierte Schweineschnitzel „Wiener Art“ mit Bratensoße, dazu warmer Kartoffelsalat und Gurkensalat (1,8,A,G,I,J) Joghurt „Holunder-Orange“ (X)	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Mittwoch 01.04.	2 kleine Frikadellen auf Rahm-Wirsing, dazu Stampfkartoffeln (A,C,G,I) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	„Currywurst“ frische, grobe Bratwurst mit Ketchup-Soße, dazu warmer Kartoffelsalat (3,4,7,8,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Rahmgulasch vom Rind dazu Rotkohl und Salzkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X) EW 4,8 F 5,2 KH 7,2 KJ 398 BE 0,7	Hackbraten mit Sahnesoße, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Kräutern und Gemüseeinlage) (1,A,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Rosenkohl mit Käse-Sahnesoße, dazu Kürbis-Kartoffelpüree und Möhrensalat (2,3,8,G,I) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Gebratenes Rotbarschfilet, natur, dazu feine Senfsoße, Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln und Bohnensalat (2,D,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X) + 0,70 €	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Donnerstag 02.04.	Ungarisches Gulasch (vom Schwein) mit Paprika und Zwiebeln, dazu Eiernudeln (1,A,C,G,I,J) Apfelmus-Aprikose (X)	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Apfelmus-Aprikose (X)	Gedünstetes Fischfilet (Hoki) mit Dillsoße, dazu Salzkartoffeln und Bohnensalat (3,D,G,I,J,L) Apfelmus-Aprikose (X) EW 4,6 F 1,4 KH 7,2 KJ 255 BE 0,6	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Gemüseeinlage (Spargel, Champignons, Möhren, Erbsen), dazu Petersilienkartoffeln (3,G,L) Apfelmus-Aprikose (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (G) Apfelmus-Aprikose (X)	Gebratene Entenkeule mit Geflügelsoße, dazu Sellerie-Kartoffelpüree und Rotkrautsalat (1,G,I) Apfelmus-Aprikose (X) + 0,90 €	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Freitag 03.04.	Gebratenes Seelachsfilet mit Senfsoße, dazu Salzkartoffeln und gemischter Salat (3,D,G,I,J,L) Joghurt „Kirsche“ (X)	Rindergulasch „Stroganoff“ in Sauerrahmsoße mit Champignons, Gurke und Zwiebeln, dazu Eiernudeln (1,8,A,C,G,I,J) Joghurt „Kirsche“ (X)	Bunter Gemüseeintopf mit Rindfleischinlage (G,I) Joghurt „Kirsche“ (X) EW 3,6 F 1,5 KH 4,3 KJ 195 BE 0,4	Zarter Putenkeulenbraten in Sahnesoße mit Pilzen, dazu Brokkoliröschen und Kartoffelklöße (1,G,I) Joghurt „Kirsche“ (X)	Spargelgemüse in Holländischer Soße, dazu Kräuter-Rührei und Salzkartoffeln (3,C,G,I,L) Joghurt „Kirsche“ (X)	Gebratene Putenleber mit Schmorzwiebeln, dazu Fingerhörchen und Kräuterpüree (1,G,I,J) Joghurt „Kirsche“ (X)	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Samstag 04.04.	Grüner Bohneneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Grießdessert (X)	„Spaghetti Bolognese“ Gabelspaghetti mit fruchtiger Tomaten-Fleischsoße und Parmesankäse (A,I,G) Grießdessert (X)	Frikadelle mit Bratensoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Kartoffelbrei (1,A,C,G,I,J) Grießdessert (X) EW 3,7 F 7,5 KH 6,6 KJ 459 BE 0,6	Kleine gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) in fruchtiger Tomatensoße, dazu weichgekochter Reis (G,I) Grießdessert (X)	Eierpannkuchen mit Kirschfüllung, dazu heiße Vanillesoße (1,A,C,G) Grießdessert (X)	Gebratenes Forellenfilet mit Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8,D,G,I,J,L) Grießdessert (X) + 0,70 €	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Sonntag 05.04.	Gebratene Hähnchenbrust mit Geflügelsoße, dazu feines Frühlingsgemüse und Kräuterkartoffeln (1,3,F,G,L) Zitronenmousse (X)	Lamm-Ragout mit Zwiebeln, Möhren und Bohnen, dazu saftiger Tomaten-Paprika-Reis (1,G,I,J) Zitronenmousse (X)	Kalbsrollbraten in Sahnesoße mit Champignons dazu Brechbohnen und Petersilienkartoffeln (1,3,G,I,L) Zitronenmousse (X) EW 5,9 F 3,0 KH 6,0 KJ 297 BE 0,5	Bayrischer Leberkäse mit Schmorzwiebeln, dazu warmer Speck-Kartoffelsalat (1,2,3,7,8,G,I,J) Zitronenmousse (X)	2 gekochte Eier mit Senfsoße, dazu Kräuterpüree und Möhrensalat (2,3,8,C,G,I,J) Zitronenmousse (X)	Gebratene Gänsebrust mit Geflügelsoße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,A,G) Zitronenmousse (X) + 0,90 €	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages



5 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 = 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.