

| | 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 24.02. | Spießbraten vom Schwein mit Bratensoße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Wackelpudding (X) | 2 kleine Frikadellen auf buntem Frühlingsgemüse in Holländischer Soße, dazu Kräuterpüree (A,C,G,I) Wackelpudding (X) | Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Petersilienkartoffeln (3,G,I,L) Wackelpudding (X) EW 3,1 F 0,5 KH 9,2 KJ 259 BE 0,8 | Winter-Eintopf aus Rosenkohl, Möhren, Schwarzwurzeln, Kartoffeln, Petersilie und Fleischbällchen (C,G,I) Wackelpudding (X) | Süßer Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Aprikosenkompott (G) Wackelpudding (X) | Pfifferlinge in Rahmsoße mit gebratenen Fleischbällchen, dazu gebackene Kartoffelspalten (1,2,A,C,G,I,J) Wackelpudding (X) + 0,70 € | „Schottisches Pfeffersteak“ - Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champignons, Zwiebeln, Lauch und Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat (1,A,G,I,J) Dessert des Tages |
| Dienstag 25.02. | 2 Kochwürstchen auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree (2,3,G,I,J) Pudding „Waldfrucht“ (X) | Gefüllte Wirsingroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Rahmsoße, dazu Kartoffelbrei (1,C,G,I,J) Pudding „Waldfrucht“ (X) | Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Pudding „Waldfrucht“ (X) EW 3,2 F 0,4 KH 6,8 KJ 345 BE 0,6 | 2 Eierpfannkuchen mit heißen Früchten (Pflirsich, Ananas, Mandarinenpalten) (A,C,G) Pudding „Waldfrucht“ (X) | Deftiges Gemüse aus Steckrüben, Rosenkohl und Möhren in Holländischer Soße, dazu Kräuterpüree und Sellerie Salat (G,I) Pudding „Waldfrucht“ (X) | Schollenfilet, natur gebraten, mit Remouladensoße, dazu warmer Kartoffelsalat (3,8,C,D,G,I) Pudding „Waldfrucht“ (X) + 0,70 € | „Schottisches Pfeffersteak“ - Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champignons, Zwiebeln, Lauch und Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat (1,A,G,I,J) Dessert des Tages |
| Mittwoch 26.02. | Möhreneintopf mit Kartoffelwürfeln, Kräutern und 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) „Strudel-Pudding“ Vanille/Schokolade (X) | Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße, dazu Paprika-Mais-Gemüse und Salzkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) „Strudel-Pudding“ Vanille/Schokolade (X) | 2 kleine Frikadellen „Jäger Art“ mit Pilzsoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Petersilienkartoffeln (1,3,A,C,G,I,J,L) „Strudel-Pudding“ Vanille/Schokolade (X) EW 4,3 F 4,0 KH 7,4 KJ 364 BE 0,6 | Schinken-Nudeln mit fruchtiger Tomatensoße (2,3,7,A,C,G,I) „Strudel-Pudding“ Vanille/Schokolade (X) | 4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus (kalt) (C) „Strudel-Pudding“ Vanille/Schokolade (X) | „Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Salzkartoffeln (2,3,4,7,A,I,J,L) „Strudel-Pudding“ Vanille/Schokolade (X) | „Schottisches Pfeffersteak“ - Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champignons, Zwiebeln, Lauch und Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat (1,A,G,I,J) Dessert des Tages |
| Donnerstag 27.02. | 2 „Matjesfilets“ auf Hausfrauen Art in Apfel-Zwiebel-Sahnesoße, dazu Brechbohnen in Schwitze und Salzkartoffeln (2,3,4,C,D,G,I,J,L) Fruchtjoghurt „Aprikose“ (X) | Steckrüben-Eintopf mit Möhrenscheiben, Kartoffelwürfeln, Petersilie und Fleischbällchen (C,G,I) Fruchtjoghurt „Aprikose“ (X) | Mageres Eisbeinfleisch auf Sauerkraut, dazu Stampfkartoffeln (2,3,7,G,I) Fruchtjoghurt „Aprikose“ (X) EW 6,5 F 5,9 KH 6,7 KJ 461 BE 0,6 | Blumenkohl mit Kochklopsen in Holländischer Soße, dazu Kräuter-Kartoffelpüree (A,C,G,I,J) Fruchtjoghurt „Aprikose“ (X) | 3 Eierpfannkuchen mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (A,C,G) Fruchtjoghurt „Aprikose“ (X) | Rheinischer Sauerbraten vom Rind in typischer Soße (mit Rosinen), dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,A,G,I,J) Fruchtjoghurt „Aprikose“ (X) + 0,70 € | „Schottisches Pfeffersteak“ - Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champignons, Zwiebeln, Lauch und Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat (1,A,G,I,J) Dessert des Tages |
| Freitag 28.02. | Lockerer Hackbraten mit Bratensoße, dazu Rahm- Rosenkohl und Kartoffelbrei (1,A,G,I,J) Rote Grütze mit Sahne (X) | Gedünstetes Fischfilet (Hoki) mit Buttersoße, dazu Petersilienkartoffeln und Bohnensalat (3,D,G,I,J,L) Rote Grütze mit Sahne (X) | Kräuter-Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln (3,C,G,I,L) Rote Grütze mit Sahne (X) EW 4,1 F 4,6 KH 4,1 KJ 344 BE 0,3 | Ungarisches Gulasch (vom Rind) mit Paprika und Zwiebeln, dazu Eiernudeln (1,A,C,G,I,J) Rote Grütze mit Sahne (X) | Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Apfelmus (mit Rosinen) (3,G) Rote Grütze mit Sahne (X) | 1/2 Grill-Hähnchen, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Kräutern und Gemüse) und eingelegter Kürbis (1,G) Rote Grütze mit Sahne (X) | „Schottisches Pfeffersteak“ - Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champignons, Zwiebeln, Lauch und Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat (1,A,G,I,J) Dessert des Tages |
| Samstag 29.02. | Huhneintopf mit Spargel, Erbsen, Reis und Huhnfleisch (G,I) Panacotta-Pudding (X) | Gebratene Hähnchenkeule auf buntem Sommergemüse mit Holländischer Soße, dazu Kartoffel-Röstitaler (G,I) Panacotta-Pudding (X) | Gekochter Tafelspitz (vom Rind) mit milder Meerrettich- soße, dazu Möhengemüse und Petersilienkartoffeln (3,5,G,I,L) Panacotta-Pudding (X) EW 5,9 F 2,4 KH 8,8 KJ 345 BE 0,7 | Kleine Frikadelle in Soße, dazu Apfelrotkohl und Salzkartoffeln (1,3,7,A,C,G,I,J,L) Panacotta-Pudding (X) | Käse-Nudeln Kurze Makkaroni mit Reibekäse, dazu fruchtige Tomatensoße und Bohnensalat (1,2,A,C,G,I) Panacotta-Pudding (X) | Schollenfilet „Finkenwerder Art“, natur gebraten, mit Speckstippe, dazu Petersilienkartoffeln und gemischter Salat (2,3,D,J,L) Panacotta-Pudding (X) + 0,70 € | „Schottisches Pfeffersteak“ - Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champignons, Zwiebeln, Lauch und Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat (1,A,G,I,J) Dessert des Tages |
| Sonntag 01.03. | Kasselerbraten mit Burgundersoße, dazu Blumenkohl mit weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,2,3,7,G,I,J,L) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) | Gebratene Geflügelleber mit Apfelsonne, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüseeinlage und Kräutern) (1,G,I,J) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) | Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Salzkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8,A,C,G,I,J,L) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) EW 4,8 F 3,5 KH 7,7 KJ 382 BE 0,6 | Hähnchenbrustfilet auf buntem Sommergemüse in Rahm, dazu Kräuter-Püree (G,I) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) | Eierpfannkuchen mit Blaubeerfüllung, dazu heiße Vanillesoße (1,A,C,G) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) | Wildschweinrollbraten mit Preiselbeersoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Kartoffelklöße (1,A,G,I,J) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) + 0,90 € | „Schottisches Pfeffersteak“ - Schweinenackensteak mit Whisky-Pfeffersoße, Champignons, Zwiebeln, Lauch und Paprikastreifen, dazu gebackene Kartoffelspalten und Bohnensalat (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 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!

10.

| | 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 02.03. | Gebratene Frikadelle mit Bratensoße, dazu Kohlrabi- gemüse und Kartoffelpüree (1,A,C,G,I,J) Erdbeerpudding mit Sahne (X) | Bayrischer Leberkäse mit Schmorzwiebeln, dazu Speck-Kartoffelpüree (1,2,3,7,G,I,J) Erdbeerpudding mit Sahne (X) | Mageres Kasseler mit Soße, dazu Rahm-Wirsing und Kartoffelpüree (1,2,3,7,G,I,J) Erdbeerpudding mit Sahne (X) EW 5,5 F 4,9 KH 5,5 KJ 363 BE 0,5 | 2 Bratwürstchen „Nürnberger Art“ auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree (2,3,7,G,I) Erdbeerpudding mit Sahne (X) | Bunter Gemüsetopf mit Tomate, Paprika, Zucchini, Möhren, Erbsen, Petersilie, Grießklößchen und Nudeln (A,C,G,I) Erdbeerpudding mit Sahne (X) | 2 kleine Rinderrouladen „Hausfrauen Art“ (mit Speck, Gurke und Zwiebeln gefüllt) in typischer Soße, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln (1,2,3,8,G,I,J,L) Erdbeerpudding mit Sahne (X) + 0,90 € | Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages |
| Dienstag 03.03. | Grünkohl mit Kochwurst und Pinkel, dazu Salzkartoffeln (2,3,4,A,I,J,L) Joghurt „Pflaume-Zimt“ (X) | Feine Bratwurst in Rahmsoße, dazu Blumenkohlröschen in weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3,7,G,I,J,L) Joghurt „Pflaume-Zimt“ (X) | Rindergulasch „Stroganoff“ in Sauerrahmsoße mit Champig- nons, Gurke und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree (1,8,G,I,J) Joghurt „Pflaume-Zimt“ (X) EW 4,2 F 4,8 KH 6,8 KJ 370 BE 0,6 | Hähnchenpfanne mit viel Gemüse, dazu Reis (G) Joghurt „Pflaume- Zimt“ (X) | 3 Eierpannkuchen, dazu heiße Schokoladensoße mit Birnenstücken (A,C,G) Joghurt „Pflaume- Zimt“ (X) | Gebratene Entenbrust „süß-sauer“ mit Ananas und Chinagemüse, dazu weichgekochter Reis (2,3,F,G,I) Joghurt „Pflaume- Zimt“ (X) + 0,90 € | Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages |
| Mittwoch 04.03. | Grüner Erbseneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,I,J) Vanillepudding (X) | Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) in fruchtiger Tomatensoße, dazu Reis (G,I) Vanillepudding (X) | Bratwurst „Thüringer Art“ mit dunkler Senfsoße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln (1,3,7, G,I,J,L) Vanillepudding (X) EW 5,4 F 6,9 KH 8,3 KJ 496 BE 0,7 | Schmorkohl mit Hackfleisch, dazu Kartoffelpüree (1,G,I) Vanillepudding (X) | Blumenkohl in sahniger Käsesoße, dazu Kräuterpüree und Möhrensalat (2,3,8,G,I) Vanillepudding (X) | Gebratenes, paniertes Schollenfilet mit Dijon-Senf-Füllung, dazu warmer Kartoffelsalat und Gurkensalat (8,A,D,G,I,J) Vanillepudding (X) + 0,70 € | Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages |
| Donnerstag 05.03. | Gebratene Hähnchenkeule auf buntem Frühlingsgemüse, mit Holländischer Soße, dazu Kräuterpüree (G,I) Schokoladenpudding mit Sahne (X) | „Schlesisches Himmelreich“ Kasseler auf heißem Backobst, dazu Kartoffelklöße (2,3,5,7,G,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X) | „Falscher Hase“ - Hackbraten mit Sahnesoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X) EW 8,0 F 8,0 KH 7,0 KJ 509 BE 0,5 | Rinderbraten mit Rotweinsauce, dazu Rahm- rosenkohl und Kartoffel- klöße (1,G,I,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X) | Kaiserschmarrn (mit Rosinen), dazu heißes Apfelmus (A,C,G) Schokoladenpudding mit Sahne (X) | Paniertes Schweineschnitzel „Fürsterin Art“ mit Rahmpilzen, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln und Toma- tensalat (2,A,C,G,I) Schokoladenpudding mit Sahne (X) | Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages |
| Freitag 06.03. | Gebratenes Seefischfilet, natur, mit Dillsoße, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat (2,3,8,D,G,I,J,L) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X) | Winter-Eintopf aus Rosenkohl, Möhren, Schwarz- wurzeln, Kartoffeln, Petersilie und Kasselerfleisch (2,3,7,G,I) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X) | Hähnchenbrust mit Spargelcremesoße, dazu Frühlingsgemüse und Petersilien- kartoffeln (3,F,G,I,L) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X) EW 5,8 F 1,3 KH 6,0 KJ 264 BE 0,5 | Spaghetti „Bolognese“ Gabelspaghetti mit fruchtiger Tomaten-Fleischsoße (A,I) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X) | Grießflammeri mit heißem Aprikosen- kompott (A,G) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X) | Gegrillte Schweinehaxe (ohne Knochen) auf mildem Wein-Sauerkraut, dazu Kartoffel- klöße mit Speckstippe (2,3,I) Fruchtjoghurt „Kirsche“ (X) | Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages |
| Samstag 07.03. | Gefüllte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Specksoße und Kartoffelbrei (1,2,G,I,J) Mandelpudding (X) | Kräftiges Gulasch (vom Schwein), dazu Rotkohl und Eiernudeln (1,A,C,G,I,J) Mandelpudding (X) | Möhreneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Mandelpudding (X) EW 2,1 F 3,2 KH 7,0 KJ 261 BE 0,5 | Putenrollbraten in Sahnesoße, dazu Brechbohnen in Schwitze und Kartoffelpüree (1,G,I,J) Mandelpudding (X) | 2 gekochte Eier auf Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln (3,C,G,I,L) Mandelpudding (X) | Gebratenes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensoße, dazu warmer Kartoffelsalat (3,8,C,D,G,I) Mandelpudding (X) + 0,70 € | Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages |
| Sonntag 08.03. | Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Champignons und Spargel, dazu Reis (G) Zitronenmousse (X) | Leckeres Pilzragout in Rahmsoße mit Kräutern und etwas Speck, dazu Serviettenknödel (1,2,3,A,C,G,I) Zitronenmousse (X) | Spießbraten vom Schwein in Bratensoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Salzkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Zitronenmousse (X) EW 9,1 F 3,8 KH 6,0 KJ 387 BE 0,5 | Gebratene Geflügelbraten mit Apfel-Zwiebelsoße, dazu Kräuterpüree (1,G,I,J) Zitronenmousse (X) | Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Erdbeerkompott (G) Zitronenmousse (X) | Gebratene Gänsebrust mit Geflügelsoße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,A,G) Zitronenmousse (X) + 0,90 € | Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages |

Menükarte

24.02.2020 – 08.03.2020

KW 09/10

Änderungen vorbehalten.

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 = Sesamkörner/-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



DER PARITÄTISCHE