

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 27.07.	Kasseler mit Bratensoße, dazu Rosenkohl in Rahm und Salzkartoffeln (1,2,3,7,G,J,L) Götterspeise-Himbeer (X)	„Falscher Hase“ Hackbraten mit Bratensoße, dazu Möhrengemüse und Kartoffelpüree (1,A,G,J,J) Götterspeise-Himbeer (X)	Blumenkohl mit 3 Kochklosen in Holländischer Soße, dazu Kräuter-Kartoffelpüree (A,C,G,J,J) Götterspeise-Himbeer (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 (G,J) Götterspeise-Himbeer (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Mandarinenkompott (1 G) Götterspeise-Himbeer (X)	„Puszta-Schnitzel“ paniertes Schweineschnitzel auf Paprikagemüse, dazu Butternudeln und Tomatensalat (A,C,G,J) Götterspeise-Himbeer (X)	Hähnchenbrustfilet „Schweizer Art“ mit Rahm-Champignons und Käse überbacken, dazu Kartoffel-Röstitaler und Karottensalat (2,3,8,F,G,J) Dessert des Tages
Dienstag 28.07	Geschmorte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) in Bratensoße, dazu Salzkartoffeln (1,3,G,J,J,L) Karamelpudding (X)	Paniertes Schweineschnitzel „Cordon bleu“ (mit Käse und Schinken gefüllt) mit Soße, dazu Kräuter-Kartoffelpüree (1,2,3,A,G,J,J) Karamelpudding (X)	Möhren-Kohlrabi-Eintopf mit Kartoffelwürfeln, Petersilie und Kasselerfleisch (2,3,7,G,J,J) Karamelpudding (X) EW 3,4 F 3,7 KH 5,5 KJ 292 BE 0,5	2 Eierpfannkuchen mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (A,C,G) Karamelpudding (X)	Sahniger Kräuterquark dazu Fingermöhrchen (mit Ahornsirup, Butter und Petersilie) und gebackene Kartoffelpalten (A,G) Karamelpudding (X)	Gebratenes Schollenfilet, natur mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,J,J,L) Karamelpudding (X) + 0,70 €	Hähnchenbrustfilet „Schweizer Art“ mit Rahm-Champignons und Käse überbacken, dazu Kartoffel-Röstitaler und Karottensalat (2,3,8,F,G,J) Dessert des Tages
Mittwoch 29.07.	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,J,J)	Rinderschmorbraten mit Rotweinsoße, dazu Blumenkohl mit weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3,G,J,J,L) Fruchtjoghurt „Erdbeer“ (X)	Feine Kalbsbratwurst mit Rahmsoße, dazu Brokkoliröschen und Petersilienkartoffeln (1,3,7,G,J,J,L) Fruchtjoghurt „Erdbeer“ (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,J,J)	Süßer Griefflammeri mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (A,G) Fruchtjoghurt „Erdbeer“ (X)	„Griechische Platte“ Gyros-Geschnetzeltes (vom Schwein) mit Zwiebelringen und Hähnchenbrustfilet, dazu Tomaten-Paprika-Reis und Tsatsiki (G) Fruchtjoghurt „Erdbeer“ (X)	Hähnchenbrustfilet „Schweizer Art“ mit Rahm-Champignons und Käse überbacken, dazu Kartoffel-Röstitaler und Karottensalat (2,3,8,F,G,J) Dessert des Tages
Donnerstag 30.07	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Gemüseeinlage (Spargel, Champignons, Möhren, Erbsen) (3,G,L) Mousse au Chocolat (X)	Grüner Bohneneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,J,J) Mousse au Chocolat (X)	„Jäger-Hackbraten“ mit Pilzsoße, dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln (1,3,A,G,J,J,L) Mousse au Chocolat (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,J,J)	Käse-Nudeln Gabelspaghetti mit Reibekäse, dazu fruchtige Tomatensoße und gemischter Salat (1,2,A,G,J,J)	Gebratene Entenbrust „Chinesisch“ mit pikantem Chinagemüse, dazu Bandnudeln (3,A,F,G,J,J) Mousse au Chocolat (X) + 0,90 €	Hähnchenbrustfilet „Schweizer Art“ mit Rahm-Champignons und Käse überbacken, dazu Kartoffel-Röstitaler und Karottensalat (2,3,8,F,G,J) Dessert des Tages
Freitag 31.07	Gebratenes Seefischfilet „natur“ mit Dillsoße, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,J,J,L) Bananenpudding (X)	Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) in fruchtiger Tomatensoße, dazu weichgekochter Reis (G,J,J) Bananenpudding (X)	Schinken-Rührei dazu Spargelgemüse in Holländischer Soße und Petersilienkartoffeln (A,G,J,J) Bananenpudding (X) EW 4,3 F 5,2 KH 5,2 KJ 364 BE 0,4	Gebratenes Hähnchenbrustfilet natur, auf buntem Frühlingsgemüse, dazu Kräuterpüree (G) Bananenpudding (X)	Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung (ohne Rosinen), dazu heiße Vanillesoße (A,C,G,J,J)	Gegrillte Schweinehaxe (ohne Knochen) auf Bayrisch Kraut, dazu Speck-Kartoffelpüree (2,G,J,J) Bananenpudding (X)	Hähnchenbrustfilet „Schweizer Art“ mit Rahm-Champignons und Käse überbacken, dazu Kartoffel-Röstitaler und Karottensalat (2,3,8,F,G,J) Dessert des Tages
Samstag 01.08	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse und Kräutern) (1,A,G,J,J)	3 Königsberger Klopse in Käpernsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8,A,C,G,J,J,L)	Mageres Kasseler auf Sauerkraut, dazu Kartoffelbrei (2,3,7,G,J,J)	Putengulasch dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,G,J,J)	Leckere Pilzpfanne in Rahmsoße, dazu Butterspätzle (1,3,A,C,G,J,J)	Schollenfilet, natur gebraten mit Remouladensoße, dazu warmer Kartoffelsalat (3,8,C,D,G,J,J)	Hähnchenbrustfilet „Schweizer Art“ mit Rahm-Champignons und Käse überbacken, dazu Kartoffel-Röstitaler und Karottensalat (2,3,8,F,G,J) Dessert des Tages
Sonntag 02.08.	Rahmgulasch (vom Schwein) dazu Leipziger Allerlei und Butternudeln (1,A,G,J,J,J) Joghurt „Mango“ (X)	2 kleine Frikadellen auf Schmorgurkengemüse mit Dill, dazu Salzkartoffeln (3,A,C,G,J,J,L)	Kalbsfrikassee in weißer Soße mit Spargel und Champignons, dazu Fingermöhrchen (3,G,J,J,L)	Kräuter-Rührei dazu leckere Bratkartoffeln (C,G,J,J)	Süßer Milchreis mit Zimt und Zucker, dazu heiße Schattenmorellen (ohne Steine) (G)	2 kleine Rinderrouladen „Hausfrauen Art“ (gefüllt mit Speck, Zwiebeln und Gurke) in typischer Soße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,2,8,A,G,J,J)	Hähnchenbrustfilet „Schweizer Art“ mit Rahm-Champignons und Käse überbacken, dazu Kartoffel-Röstitaler und Karottensalat (2,3,8,F,G,J) Dessert des Tages

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 €

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 Menüdiensste 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!

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.



Hauptgeschäftsstelle Varel
Zum Jadebusen 12,
26133 Varel-Langendamm

PARITÄT

Geschäftsstelle Jever
Mühlenstraße 20, 26441 Jever

Änderungen vorbehalten.



Varel, WHV: 04451 9146-0, Annette.Eilers@paritaetischer.de
Jever: 04461 9302-0, Michael.Rumpf@paritaetischer.de

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 03.08.	Rostbratwurst mit Rahmsoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Salzkartoffeln (1,3,4,7,G,J,L) Grießdessert (X)	Wildgulasch in Wacholdersoße mit Pilzen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,G,J,J)	Gefüllte Rinderroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Soße, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln (1,2,3,8,G,J,L) Grießdessert (X) EW 7,3 F 2,5 KH 6,0 KJ 326 BE 0,5	Gebratene Fischstäbchen dazu warmer Kartoffelsalat (1,G,J) Grießdessert (X)	Sommer-Eintopf aus Möhren, Bohnen und Blumenkohl, mit Kartoffelwürfeln und Petersilie (G,J) Grießdessert (X)	Kasseler auf mildem Ananas-Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit ausgelassenem Speck und Zwiebeln (2,3,7,G,J) Grießdessert (X)	Schollenfilet „Grenoble“ natur gebraten, mit zerlassener Butter, Kapern, Zitronenstückchen und Champignonscheiben, dazu Salzkartoffeln und Tomatensalat (3,D,G,J,L) Dessert des Tages
Dienstag 04.08.	Linseneintopf mit Speck, Wurzelgemüse und Kochwurst (1,2,3,G,J,J) Erdbeerpudding (X)	Gegrillte Hähnchenkeule mit Champignon-Rahmsoße, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse und Kräutern) (1,G,J) Erdbeerpudding (X) EW 2,5 F 3,5 KH 6,3 KJ 275 BE 0,5	Gefüllte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Bratensoße, dazu Kartoffelpüree (1,G,J,J) Erdbeerpudding (X) EW 2,5 F 3,5 KH 6,3 KJ 275 BE 0,5	Rindergulasch „bürgerlich“ mit Gemüseeinlage, dazu Spiralnudelnt (1,A,G,J,J) Erdbeerpudding (X)	3 Eierpfannkuchen mit heißem Heidelbeerkompott (A,F,J) Erdbeerpudding (X)	2 kleine panierete Schweineschnitzel „Wiener Art“ mit Bratensoße, dazu warmer Kartoffelsalat und Gurkensalat (1,8,A,G,J,J) Erdbeerpudding (X)	Schollenfilet „Grenoble“ natur gebraten, mit zerlassener Butter, Kapern, Zitronenstückchen und Champignonscheiben, dazu Salzkartoffeln und Tomatensalat (1,G,J,J) Dessert des Tages
Mittwoch 05.08.	2 kleine Frikadellen auf Rahm-Wirsing, dazu Stampfkartoffeln (2,3,7,G,J) Joghurt „Johannisbeer-Vanille“ (X)	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,J) Joghurt „Johannisbeer-Vanille“ (X)	Rahmgulasch vom Rind dazu Rotkohl und Salzkartoffeln (1,3,F,G,J,J,L) Joghurt „Johannisbeer-Vanille“ (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,J,J) Joghurt „Johannisbeer-Vanille“ (X)	Gabelspaghetti mit bunter Käsesoße (mit Erbsen, Möhren und Petersilie), dazu Karottensalat (A,C,G,J,J) Joghurt „Johannisbeer-Vanille“ (X)	Gebratenes Rotbarschfilet, natur dazu feine Senfsoße, Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln und Bohnensalat (2,3,7,G,J,J) Joghurt „Johannisbeer-Vanille“ (X) + 0,70 €	Schollenfilet „Grenoble“ natur gebraten, mit zerlassener Butter, Kapern, Zitronenstückchen und Champignonscheiben, dazu Salzkartoffeln und Tomatensalat (3,D,G,J,J,L) Dessert des Tages
Donnerstag 06.08.	Ungarisches Gulasch (vom Schwein) mit Paprika und Zwiebeln, dazu Eierndl (1,A,C,G,J,J) Apfelmus (X)	3 Kochklopse auf Möhren-Schwarzwurzel-Gemüse in Kräuterrahm, dazu Kartoffelpüree (A,C,G,J,J) Apfelmus (X)	Gedünstetes Fischfilet (Hoki) mit Dillsoße, dazu Salzkartoffeln und Bohnensalat (3,D,G,J,J,L) Apfelmus (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,J,J) Apfelmus (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißen Sauerkirschen (ohne Steine) (G) Apfelmus (X)	Rheinischer Sauerbraten vom Rind in typischer Soße (mit Rosinen), dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,A,G,J,J) Apfelmus (X) + 0,70 €	Schollenfilet „Grenoble“ natur gebraten, mit zerlassener Butter, Kapern, Zitronenstückchen und Champignonscheiben, dazu Salzkartoffeln und Tomatensalat (3,D,G,J,J,L) Dessert des Tages
Freitag 07.08.	Gebratenes Seelachsfilet mit Senfsoße, dazu Salzkartoffeln und gemischter Salat (3,D,G,J,J,L) Zitronenmousse (X)	Rindergulasch „Stroganoff“ in Sauerrahmsoße mit Champignons, Gurke und Zwiebeln, dazu Eierndl (1,8,A,C,G,J,J) Zitronenmousse (X)	Bunter Gemüseeintopf mit Rindfleischscheinlage (G,J) Zitronenmousse (X) EW 3,6 F 1,5 KH 4,3 KJ 195 BE 0,4	Zarter Putenkeulenbraten in Sahnesoße mit Pilzen, dazu Brokkolisößen und Kartoffelklöße (1,A,C,G,J,J) Zitronenmousse (X)	Spargelgemüse in Holländischer Soße, dazu Kräuter-Rührei und Salzkartoffeln (3,C,G,J,J,L) Zitronenmousse (X)	Gebratene Putenleber mit Schmorzwiebeln, dazu Fingerhörmchen und Kräuterpüree (1,G,J,J,L) Zitronenmousse (X)	Schollenfilet „Grenoble“ natur gebraten, mit zerlassener Butter, Kapern, Zitronenstückchen und Champignonscheiben, dazu Salzkartoffeln und Tomatensalat (3,D,G,J,J,L) Dessert des Tages
Samstag 08.08.	Grüner Bohneneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7G,J) Fruchtjoghurt „Aprikose-Mango“ (X)	„Spaghetti Bolognese“ Gabelspaghetti mit fruchtiger Tomaten-Fleischsoße und Parmesankäse (A,J,G) Fruchtjoghurt „Aprikose-Mango“ (X)	Frikadelle mit Bratensoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Kartoffelbrei (1,A,C,G,J,J) Fruchtjoghurt „Aprikose-Mango“ (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) Fruchtjoghurt „Aprikose-Mango“ (X)	Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung, dazu heiße Vanillesoße (1,A,C,G) Fruchtjoghurt „Aprikose-Mango“ (X)	Gebratenes Forellenfilet mit Zitronen-Kräutersoße, dazu Petersilienkartoffeln und Gurkensalat (3,D,G,J,J,L) Fruchtjoghurt „Aprikose-Mango“ (X) + 0,70 €	Schollenfilet „Grenoble“ natur gebraten, mit zerlassener Butter, Kapern, Zitronenstückchen und Champignonscheiben, dazu Salzkartoffeln und Tomatensalat (3,D,G,J,J,L) Dessert des Tages
Sonntag 09.08.	Gebratene Hähnchenbrust mit Geflügelsoße, dazu feines Frühlingsgemüse und Kräuterkartoffeln (1,3,F,G,J,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Lamm-Ragout mit Zwiebeln, Möhren und Bohnen, dazu saftiger Tomaten-Paprika-Reis (C,G,J,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Kalbsrollbraten in Sahnesoße mit Champignons dazu Brechbohnen und Petersilienkartoffeln (1,3,G,J,J,L) Schokoladenpudding mit Sahne (X) EW 5,9 F 3,0 KH 6,0 KJ 297 BE 0,5	Bayrischer Leberkäse mit Schmorzwiebeln, dazu warmer Speck-Kartoffelsalat (A,C,G,J,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	2 gekochte Eier mit Senfsoße, dazu Kräuterpüree und Möhrensalat (2,3,8,C,G,J,J) Schokoladenpudding mit Sahne (X)	Gebratene Gänsebrust mit Geflügelsoße, dazu Rosenkohl und Kartoffelklöße (1,A,G) Schokoladenpudding mit Sahne (X) + 0,90 €	Schollenfilet „Grenoble“ Geschmorter Lammbraten in kräftiger Soße mit Estragon, Thymian und Rosmarin, dazu Ratatouille und Reis (3,D,G,J,J,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/Menu ohne Salat, Dessert



Friesland-TK

Bitte ausfüllen:

Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon

Änderungen vorbehalten.

Menükarte
27.07.2020 – 09.08.2020

KW 31/32

5 0 JAHRE
ESSEN
AUF RÄDERN

