

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch und Süß	Feinschmecker-Menü	Internationales Wochengericht
	€ 8,90	€ 8,90	€ 8,90	€ 8,50	€ 8,50	€ 9,80	€ 9,05
Montag 27.12	Spießbraten vom Schwein mit Bratensoße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 1,3,G,I,J,L Joghurt „Mandel-Vanille“ x	2 kleine Frikadellen auf buntem Frühlingsgemüse in Holländischer Soße, dazu Kräuterpüree A,C,G,I Joghurt „Mandel-Vanille“ x	Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Petersilienkartoffeln 3,G,I,L Joghurt „Mandel-Vanille“ x EW 3,1 F 0,5 KH 9,2 KJ 259 BE 0,8	Bunter Eintopf aus Rosenkohl, Möhren, Schwarzwurzeln, Kartoffeln, Petersilie und Fleischbällchen C,G,I Joghurt „Mandel-Vanille“ x	Süßer Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Aprikosenkompott G Joghurt „Mandel-Vanille“ x	Zartes, paniertes Hähnchenschnitzel (gefüllt mit Frischkäse), dazu gebackene Kartoffelspalten und Tsatsiki A,G Joghurt „Mandel-Vanille“ x	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis F,G,I Dessert des Tages
Dienstag 28.12	2 Kochwürstchen auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree 2,3,G,I,J Fruchtcocktail	Gefüllte Wirsingroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Rahmsoße, dazu Kartoffelbrei 1,G,I,J Fruchtcocktail	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen 2,3,7,G,I Fruchtcocktail EW 3,2 F 0,4 KH 6,8 KJ 345 BE 0,6	2 Eierpfannkuchen mit heißen Früchten (Pfirsich, Ananas, Mandarinenpalten) A,C,G Fruchtcocktail	Tortellini (mit Spinatfüllung), dazu fruchtiges Tomatengemüse und Bohnensalat A,C,G,I Fruchtcocktail	Gebratenes, paniertes Schollenfilet mit Dijon-Senf-Füllung, dazu warmer Kartoffelsalat und Gurkensalat 8,A,D,G,I,J Fruchtcocktail + € 0,70	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis F,G,I Dessert des Tages
Mittwoch 29.12	Möhreneintopf mit Kartoffelwürfeln, Kräutern und 2 Wiener Würstchen 2,3,7,G,I Vanillepudding mit Spekulatiuspuddinge G	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße, dazu Paprika-Mais-Gemüse und Salzkartoffeln 1,3,A,G,I,L Spekulatiuspuddinge G	2 kleine Frikadellen „Jäger Art“ mit Pilzsoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Petersilienkart. 1,3,A,C,G,I,J,L Spekulatiuspuddinge G 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 Spekulatiuspuddinge G	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus (kalt) 3,A,C Spekulatiuspuddinge G	„Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Salzkartoffeln 2,3,4,7,A,I,J,L Spekulatiuspuddinge G	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis F,G,I Dessert des Tages
Donnerstag 30.12	2 „Matjesfilets“ auf Hausfrauen Art in Apfel-Zwiebel-Sahnesoße, dazu Brechbohnen in Schwitze und Salzkartoffeln 2,3,4,C,D,G,I,J,L Kirschcreme G	Steckrüben-Eintopf mit Möhrenscheiben, Kartoffelwürfeln, Petersilie und Fleischbällchen C,G,I,L Kirschcreme G	Mageres Eisbeinfleisch auf Sauerkraut, dazu Stampfkartoffeln 2,3,7,G,I Kirschcreme G 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 Kirschcreme G	3 Eierpfannkuchen mit heißen Sauerkirschen (ohne Steine) A,C,G Kirschcreme G	Gebratene Entenkeule mit Geflügelsoße, dazu Kürbis-Kartoffelpüree und Rotkrautsalat 1,G,I Kirschcreme G + € 0,90	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis F,G,I Dessert des Tages
Freitag 31.12	Lockerer Hackbraten mit Bratensoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Kartoffelbrei 1,A,G,I,J Milchreis mit Erdbeersoße G	Gebratenes Seelachsfilet, natur mit Senfsoße, dazu Möhrengemüse und Salzkartoffeln 3,D,G,I,J,L Milchreis mit Erdbeersoße G	Kräuter-Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln 3,C,G,I,L Milchreis mit Erdbeersoße G 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 Milchreis mit Erdbeersoße G	Kräftiger Linseneintopf mit Wurzelgemüse und Kartoffelwürfeln G,I,J Milchreis mit Erdbeersoße G + € 0,70	1/2 Grill-Hähnchen, dazu saftiger Tomaten-Paprika-Reis und Krautsalat Milchreis mit Erdbeersoße G + € 0,70	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis F,G,I Dessert des Tages
Samstag 1.1	KALT (Anlieferung am 31.12.) Paniertes Schweineschnitzel mit Senf, garniert, dazu Kartoffelsalat „Hausfrauen Art“ (mit Mayonnaise) 3,8,A,C,I Schoko-Mint-Pudding G	KALT (Anlieferung am 31.12.) Kasselerrücken-Braten auf leckerem Gemüsesalat (mit etwas Mayonnaise fein angemacht), garniert, dazu Vollkornbrot und Butter 2,3,7,8,A,C,G,I Schoko-Mint-Pudding G	KALT (Anlieferung am 31.12.) Gegrillte Hähnchenbrust, garniert, dazu bunter Nudelsalat 3,A,C,F,G,I Schoko-Mint-Pudding G EW 4,1 F 6,0 KH 10,0 KJ 590 BE 0,8	KALT (Anlieferung am 31.12.) Hausmacher Sülze mit Remouladensoße, garniert, dazu bunter Kartoffelsalat (ohne Mayonnaise) 2,3,7,8,C,G,I,J Schoko-Mint-Pudding G	KALT (Anlieferung am 31.12.) Süßer Milchreis mit Zimt und Zucker und Schattenmorellen (ohne Steine) G Schoko-Mint-Pudding G	KALT (Anlieferung am 31.12.) Geräucherter Lachs u. Forellenfilet, garniert mit Zwiebel, u. Zitrone, dazu Meerrett, feiner Waldorfs, Toastbrot und Butter 3,5,A,C,D,G,H,I,J,L Schoko-Mint-Pudding G + € 0,90	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis F,G,I Dessert des Tages
Sonntag 2.1	Kasselerbraten mit Burgundersoße, dazu Blumenkohl mit weißer Soße und Petersilienkartoffeln 1,2,3,7,G,I,J,L Panacotta-Pudding x	Gebratene Geflügelleber mit Apfelfüllung, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüseinlage und Kräutern) 1,G,I,J Panacotta-Pudding x	Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Salzkartoffeln und Rote-Bete-Salat 3,8,A,C,G,I,J,L Panacotta-Pudding 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 Panacotta-Pudding x	Eierpfannkuchen mit Blaubeerfüllung, dazu heiße Vanillesoße 1,A,C,G Panacotta-Pudding x	Schweinefiletbraten in Sauerrahmsoße mit Champignons, dazu feines Erbsengemüse und Kartoffel-Röstitaler 1,G,I,J Panacotta-Pudding x + € 0,70	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis F,G,I 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.

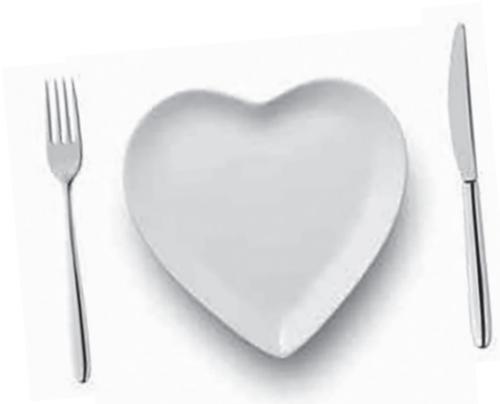
 **PARITÄT**
Hauptgeschäftsstelle Varel
Zum Jadebusen 12,
26133 Varel-Langendam
Geschäftsstelle Jever
Mühlenstraße 20, 26441 Jever

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 Menüdienste 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!



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

1.

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch und Süß	Feinschmecker-Menü	Internationales Wochengericht
	€ 8,90	€ 8,90	€ 8,90	€ 8,50	€ 8,50	€ 9,80	€ 9,05
Montag 3.1	Rahmgulasch „Jäger Art“ (vom Schwein) mit Waldpilzen, dazu Möhrengemüse und Salzkartoffeln 1,3,G,I,J,L Zitronenmousse x	Gebratene Hähnchenbrust in Käse-Kräutersoße, dazu saftige Tomaten-Nudeln A,C,F,G,I Zitronenmousse x	Mageres Kasseler mit Soße, dazu Rahm-Wirsing und Kartoffelpüree 1,2,3,7,G,I,J Zitronenmousse 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 Zitronenmousse x	Bunter Gemüsetopf mit Tomate, Paprika, Zucchini, Möhren, Erbsen, Petersilie, Grießklößchen und Nudeln A,C,G,I Zitronenmousse x	2 kleine Rinderrouladen „Hausfrauen Art“ (m. Speck, Gurke u. Zwiebeln gefüllt) in typ. Soße, dazu Leipziger Allerlei u. Salzkart. 1,2,3,8,G,I,J,L Zitronenmousse x + € 0,90	„Joue de Boeuf bourguignon“-geschm. Ochsenbäck. in Rotweinsauce m. Speck, Champ. und Zwiebeln, dazu glasierte Fingermöhr. (m. Ahornsirup, Butter u. Petersilie) u. Kürbis-Kartoffelpüree 1,2,3,G,I,J Dessert des Tages
Dienstag 4.1	Gebratene Frikadelle mit Bratensoße, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffelpüree 1,A,C,G,I,J Erdbeer-Rhabarber-Grütze	Feine Bratwurst in Rahmsoße, dazu Blumenkohlröschen in weißer Soße und Petersilienkartoffeln 1,3,7,G,I,J,L Erdbeer-Rhabarber-Grütze	Rindergulasch „Stroganoff“ in Sauerrahmsauce mit Champ., Gurke und Zwiebeln, dazu Kräuterpüree 1,8,G,I,J Erdbeer-Rhabarber-Grütze EW 4,2 F 4,8 KH 6,8 KJ 370 BE 0,6	Hähnchenpfanne mit viel Gemüse, dazu Reis G Erdbeer-Rhabarber-Grütze	Kaiserschmarrn (mit Rosinen), dazu heißes Apfelmus A,C,G Erdbeer-Rhabarber-Grütze	Paniertes Schweineschnitzel „Fürsterin Art“ mit Rahmpilzen, dazu Bratkart. m. Speck u. Zwiebeln u. Tomatensalat 2,3,A,C,G,I Erdbeer-Rhabarber-Grütze	„Joue de Boeuf bourguignon“-geschm. Ochsenbäck. in Rotweinsauce m. Speck, Champ. und Zwiebeln, dazu glasierte Fingermöhr. (m. Ahornsirup, Butter u. Petersilie) u. Kürbis-Kartoffelpüree 1,2,3,G,I,J Dessert des Tages
Mittwoch 5.1	Grüner Erbseneintopf mit 2 Wiener Würstchen 2,3,7,I,J Karamelpudding mit Sahnesoße G	Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) in fruchtiger Tomatensoße, dazu Reis G,I Karamelpudding mit Sahnesoße G	„Falscher Hase“ - Hackbraten mit Sahnesoße, dazu grüne Bohnen u. Salzkart. 1,3,A,G,I,J,L Karamelpudding mit Sahnesoße G EW 8,0 F 8,0 KH 7,0 KJ 509 BE 0,5	Schmorkohl mit Hackfleisch, dazu Kartoffelpüree 1,G,I Karamelpudding mit Sahnesoße G	Gabelspaghetti mit bunter Käsesoße (mit Erbsen, Möhren und Petersilie), dazu Karottensalat 2,3,8,A,G,I Karamelpudding mit Sahnesoße G	3 „Matjesfilets“ mit Zwiebelringen, dazu Bohnenbündchen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie 2,3,4,D,L Karamelpudding mit Sahnesoße G + € 0,70	„Joue de Boeuf bourguignon“-geschm. Ochsenbäck. in Rotweinsauce m. Speck, Champ. und Zwiebeln, dazu glasierte Fingermöhr. (m. Ahornsirup, Butter u. Petersilie) u. Kürbis-Kartoffelpüree 1,2,3,G,I,J Dessert des Tages
Donnerstag 6.1	Grünkohl mit Kochwurst und Pinkel, dazu Salzkartoffeln 2,3,4,A,I,J,L Grießbrei mit Kirschoße A,G	Gebratenes Seefischfilet, natur, dazu Remouladensoße und gebackene Kartoffelspalten 3,8,A,C,D,G,J Grießbrei mit Kirschoße A,G	Bratwurst „Thüringer Art“ mit dunkler Senfsoße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 1,3,7,G,I,J,L Grießbrei mit Kirschoße A,G EW 5,4 F 6,9 KH 8,3 KJ 496 BE 0,7	Rinderbraten mit Rotweinsauce, dazu Rahm-Rosenkohl und Kartoffelklöße 1,G,I,J Grießbrei mit Kirschoße A,G	3 Eierpfannkuchen, dazu heiße Schokoladensauce mit Birnenstücken A,C,G Grießbrei mit Kirschoße A,G	Pfifferlinge in Rahmsauce mit gebratenen Fleischbällchen, dazu gebackene Kartoffelspalten 1,2,A,C,G,I,J Grießbrei mit Kirschoße A,G + € 0,70	„Joue de Boeuf bourguignon“-geschm. Ochsenbäck. in Rotweinsauce m. Speck, Champ. und Zwiebeln, dazu glasierte Fingermöhr. (m. Ahornsirup, Butter u. Petersilie) u. Kürbis-Kartoffelpüree 1,2,3,G,I,J Dessert des Tages
Freitag 7.1	Gebratenes Seefischfilet, natur, mit Dillsauce, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat 2,3,8,D,G,I,L Cappuccinopudding G	Nudeleintopf mit Tomaten, Möhren, Porree, Kräutern und Fleischbällchen A,C,G,I Cappuccinopudding G	Hähnchenbrust mit Spargelcremesauce, dazu Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln 3,F,G,I,L Cappuccinopudding G EW 5,8 F 1,3 KH 6,0 KJ 264 BE 0,5	Spaghetti „Bolognese“ Gabelspaghetti mit fruchtiger Tomaten-Fleischsoße A,I Cappuccinopudding G	„Pusztapfanne“ - vegetarisches Geschnetzeltes in Tomatensoße mit Paprika und Mais, dazu Kartoffelpüree A,C,G,I Cappuccinopudding G	Gegrillte Schweinehaxe (ohne Knochen) auf mildem Wein-Sauerkraut, dazu Kartoffelklöße mit Speckstippe 2,3,I Cappuccinopudding G	„Joue de Boeuf bourguignon“-geschm. Ochsenbäck. in Rotweinsauce m. Speck, Champ. und Zwiebeln, dazu glasierte Fingermöhr. (m. Ahornsirup, Butter u. Petersilie) u. Kürbis-Kartoffelpüree 1,2,3,G,I,J Dessert des Tages
Samstag 8.1	Gefüllte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Specksoße und Kartoffelbrei 1,2,3,G,I,J Joghurt „Pflaume-Zimt“ x	Kräftiges Gulasch (vom Schwein), dazu Rotkohl und Eiernudeln 1,A,C,G,I,J Joghurt „Pflaume-Zimt“ x	Möhreneintopf mit 2 Wiener Würstchen 2,3,7,G,I Joghurt „Pflaume-Zimt“ x EW 2,1 F 3,2 KH 7,0 KJ 261 BE 0,5	Putenrollbraten in Sahnesauce, dazu Brechbohnen in Schwitze und Kartoffelpüree 1,G,I,J Joghurt „Pflaume-Zimt“ x	2 gekochte Eier auf Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln 3,C,G,I,L Joghurt „Pflaume-Zimt“ x	Gebratenes Forellenfilet mit Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat 3,5,8,D,G,I,L Joghurt „Pflaume-Zimt“ x + € 0,70	„Joue de Boeuf bourguignon“-geschm. Ochsenbäck. in Rotweinsauce m. Speck, Champ. und Zwiebeln, dazu glasierte Fingermöhr. (m. Ahornsirup, Butter u. Petersilie) u. Kürbis-Kartoffelpüree 1,2,3,G,I,J Dessert des Tages
Sonntag 9.1--	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Champignons und Spargel, dazu Reis G Erdbeerpudding mit Sahne x	Leckeres Pilzragout in Rahmsauce mit Kräutern und etwas Speck, dazu Serviettenknödel 1,2,3,A,C,G,I Erdbeerpudding mit Sahne x	Spießbraten vom Schwein in Bratensoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Salzkart. 1,3,G,I,J,L Erdbeerpudding mit Sahne x EW 9,1 F 3,8 KH 6,0 KJ 387 BE 0,5	Gebratene Geflügelleber mit Apfel-Zwiebelsauce, dazu Kräuterpüree 1,G,I,J Erdbeerpudding mit Sahne x	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Erdbeerkompott G Erdbeerpudding mit Sahne x	Rheinischer Sauerbraten vom Rind in typischer Soße (mit Rosinen), dazu Rotkohl und Kartoffelklöße 1,A,G,I,J Erdbeerpudding mit Sahne x + € 0,70	„Joue de Boeuf bourguignon“-geschm. Ochsenbäck. in Rotweinsauce m. Speck, Champ. und Zwiebeln, dazu glasierte Fingermöhr. (m. Ahornsirup, Butter u. Petersilie) u. Kürbis-Kartoffelpüree 1,2,3,G,I,J Dessert des Tages



5 0 J A H R E
ESSEN
AUF RÄDERN



DER PARITÄTISCHE

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 _____

Änderungen vorbehalten.