

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch und Süß	Feinschmecker-Menü	Internationales Wochengericht
	€ 9,40	€ 9,40	€ 9,40	€ 9,00	€ 9,00	€ 10,30	€ 9,55
<b>Montag</b> 28.11.	Spießbraten vom Schwein mit Bratensoße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 1,3,G,I,J,L Joghurt „Vanille“ x	2 kleine Frikadellen auf buntem Frühlingsgemüse in Holländischer Soße, dazu Kräuterpüree A,C,G,I Joghurt „Vanille“ x	Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Petersilienkartoffeln 3,G,I,L Joghurt „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 „Vanille“ x	Süßer Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Aprikosenkompott G Joghurt „Vanille“ x	Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit Käse-Kräutersoße, dazu Blattspinat und Kartoffel-Röstitaler F,G,I Joghurt „Vanille“ x	Paprikás Csirke - „Paprikahuhn“ Hähnchenbrust, geschmort mit Zwiebeln, Paprika und Tomate, abgeschmeckt mit saurer Sahne und Knoblauch, dazu Reis und Bohnensalat 1,F,G Dessert des Tages
<b>Dienstag</b> 29.11.	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	Grüner Bohneneintopf mit Kräutern, Kartoffelwürfeln und Rindfleischleinlage G,I Fruchtcocktail EW 3,7   F 1,9   KH 5,0   KJ 202   BE 0,4	2 Eierpfannkuchen mit heißen Früchten (Pflirsich, Ananas, Mandarinspalten) A,C,G Fruchtcocktail	Bunte Kartoffelpfanne Kartoffelwürfel, Möhren und Blattspinat in Rahm, mit Käse überbacken G,I Fruchtcocktail	Gebratenes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensauce, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln 2,3,8,C,D,G,I,J + € 0,70 Fruchtcocktail	Paprikás Csirke - „Paprikahuhn“ Hähnchenbrust, geschmort mit Zwiebeln, Paprika und Tomate, abgeschmeckt mit saurer Sahne und Knoblauch, dazu Reis und Bohnensalat 1,F,G Dessert des Tages
<b>Mittwoch</b> 30.11.	Bunter Gemüseeintopf mit viel Gemüse, Kräutern, Kartoffelwürfeln und Fleischbällchen C,G,I Vanillepudding mit Schokoladensauce G	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße, dazu Paprika-Mais-Gemüse und Salzkartoffeln 1,3,A,G,I,L Vanillepudding mit Schokoladensauce G	2 kleine Frikadellen „Jäger Art“ m. Pilzsoße, dazu Rahm-Rosenkohl u. Petersilienkart. 1,3,A,C,G,I,J,L Vanillepudding mit Schokoladensauce 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 Vanillepudding mit Schokoladensauce G	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus (kalt) 3,A,C Vanillepudding mit Schokoladensauce G	„Grünkohlplatte“ Grünkohl mit Kasseler, PINKEL und Kochwurst, dazu Salzkartoffeln 2,3,4,7,A,I,J,L Vanillepudding mit Schokoladensauce G	Paprikás Csirke - „Paprikahuhn“ Hähnchenbrust, geschmort mit Zwiebeln, Paprika und Tomate, abgeschmeckt mit saurer Sahne und Knoblauch, dazu Reis und Bohnensalat 1,F,G Dessert des Tages
<b>Donnerstag</b> 01.12.	2 „Matjesfilets“ auf Hausfrauen Art in Apfel-Zwiebel-Sahnesauce, dazu Brechbohnen in Schwitze und Salzkartoffeln 2,3,4,C,D,G,I,J,L Kirschcreme G	Nudeleintopf mit Tomaten, Möhren, Porree, Kräutern und Fleischbällchen A,C,G,I Kirschcreme G	Mageres Eisbein 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 Rotkraut-salat 1,G,I + € 0,90 Kirschcreme G	Paprikás Csirke - „Paprikahuhn“ Hähnchenbrust, geschmort mit Zwiebeln, Paprika und Tomate, abgeschmeckt mit saurer Sahne und Knoblauch, dazu Reis und Bohnensalat 1,F,G Dessert des Tages
<b>Freitag</b> 02.12.	Lockerer Hackbraten mit Bratensoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Kartoffelbrei 1,A,G,I,J Schoko-Mint-Pudding G	Gedünstetes Seelachsfilet mit Buttersauce, dazu Petersilienkartoffeln und Bohnensalat 3,D,G,I,L Schoko-Mint-Pudding G	Kräuter-Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln 3,C,G,I,L Schoko-Mint-Pudding 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 Schoko-Mint-Pudding G	Kräftiger Linseneintopf mit Wurzelgemüse und Kartoffelwürfeln G,I,J Schoko-Mint-Pudding G	1/2 Grill-Hähnchen, dazu saftiger Tomaten-Paprika-Reis und Krautsalat Schoko-Mint-Pudding G	Paprikás Csirke - „Paprikahuhn“ Hähnchenbrust, geschmort mit Zwiebeln, Paprika und Tomate, abgeschmeckt mit saurer Sahne und Knoblauch, dazu Reis und Bohnensalat 1,F,G Dessert des Tages
<b>Samstag</b> 03.12.	Huhneintopf mit Spargel, Erbsen, Reis und Huhnfleisch G,I Milchreis mit Erdbeersauce G	Bayrischer Leberkäse mit Schmorzwiebeln, dazu Speck-Kartoffelpüree 1,2,3,7,G,I,J Milchreis mit Erdbeersauce G	Gekochter Tafelspitz (vom Rind) mit milder Meerrettichsauce, dazu Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln 3,5,G,I,L Milchreis mit Erdbeersauce G 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 Milchreis mit Erdbeersauce G	Käse-Nudeln Kurze Makkaroni mit Reibekäse, dazu fruchtige Tomatensoße und Bohnensalat A,C,G,I Milchreis mit Erdbeersauce G	Gebratenes Forellenfilet mit Zitronen-Kräutersauce, dazu Petersilienkartoffeln und Bohnensalat 3,D,G,I,L + € 0,70 Milchreis mit Erdbeersauce G	Paprikás Csirke - „Paprikahuhn“ Hähnchenbrust, geschmort mit Zwiebeln, Paprika und Tomate, abgeschmeckt mit saurer Sahne und Knoblauch, dazu Reis und Bohnensalat 1,F,G Dessert des Tages
<b>Sonntag</b> 04.12.	Kasselerbraten mit Burgundersauce, dazu Blumenkohl mit weißer Soße und Petersilienkartoffeln 1,2,3,7,G,I,J,L Panacotta-Pudding x	Gebratene Geflügelleber auf Apfelsauce, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse-einlage und Kräutern) 1,G,I,J Panacotta-Pudding x	Königsberger Klopse in Kapernsauce, 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 Vanillesauce 1,A,C,G Panacotta-Pudding x	Wildschweinrollbraten mit Preiselbeersauce, dazu Kartoffelklöße und Apfelmus (kalt) 1,3,A,G,I,J + € 0,90 Panacotta-Pudding x	Paprikás Csirke - „Paprikahuhn“ Hähnchenbrust, geschmort mit Zwiebeln, Paprika und Tomate, abgeschmeckt mit saurer Sahne und Knoblauch, dazu Reis und Bohnensalat 1,F,G Dessert des Tages

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!

**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-Langendam  
Geschäftsstelle Jever  
Mühlenstraße 20, 26441 Jever



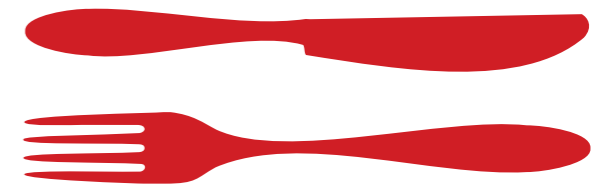
Varel, WHV: 04451 9146-0, Petra.Kirchhoff@paritaetischer.de  
Jever: 04461 9302-0, Michael.Rumpf@paritaetischer.de

49.

	Tagesmenü	Schonkost	Diabetiker	Kleines Menü	Vegetarisch und Süß	Feinschmecker-Menü	Internationales Wochengericht
	€ 9,40	€ 9,40	€ 9,40	€ 9,00	€ 9,00	€ 10,30	€ 9,55
<b>Montag 05.12.</b>	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“ (mit Speck, Gurke und Zwiebeln gefüllt) in typischer Soße, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln 1,2,3,8,G,I,J,L + € 0,90 Zitronenmousse x	„Piccata Milanese“ Schweineschnitzel in Käse-Ei-Hülle gebraten, dazu fruchtige Tomatensoße, kurze Makkaroni und Gurkensalat 1,2,A,C,G,I Dessert des Tages
<b>Dienstag 06.12.</b>	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 Sauerrahmsoße 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	Gabelspaghetti mit bunter Käsesoße (mit Erbsen, Möhren und Petersilie), dazu Karottensalat 2,3,8,A,G,I Erdbeer-Rhabarber-Grütze	Gebratenes, paniertes Schollenfilet mit Dijon-Senf-Füllung, dazu warmer Kartoffelsalat und Gurkensalat 8,A,D,G,I,J + € 0,70 Erdbeer-Rhabarber-Grütze	„Piccata Milanese“ Schweineschnitzel in Käse-Ei-Hülle gebraten, dazu fruchtige Tomatensoße, kurze Makkaroni und Gurkensalat 1,2,A,C,G,I Dessert des Tages
<b>Mittwoch 07.12.</b>	Grüner Erbseneintopf mit 2 Wiener Würstchen 2,3,7,I,J Karamelpudding mit Sahnesoße G	Gebratenes Seefischfilet, natur dazu Remouladensoße und gebackene Kartoffelspalten 3,8,A,C,D,G,J Karamelpudding mit Sahnesoße G	„Falscher Hase“ Hackbr. m. 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	Kaiserschmarrn (mit Rosinen), dazu heißes Apfelmus A,C,G Karamelpudding mit Sahnesoße G	Paniertes Schweineschnitzel „Försterin Art“ mit Rahmpilzen, dazu Bratkartoffeln mit Speck u. Zwiebeln u. Tomatensalat 2,3,A,C,G,I Karamelpudding mit Sahnesoße G	„Piccata Milanese“ Schweineschnitzel in Käse-Ei-Hülle gebraten, dazu fruchtige Tomatensoße, kurze Makkaroni und Gurkensalat 1,2,A,C,G,I Dessert des Tages
<b>Donnerstag 08.12.</b>	Grünkohl mit Kochwurst und Pinkel, dazu Salzkartoffeln 2,3,4,A,I,J,L Grießbrei mit Kirschoße A,G	Gefüllte Paprikaschote (mit Hackfleischfüllung) in fruchtiger Tomatensoße, dazu weichgekochter Reis G,I Grießbrei mit Kirschoße A,G	Bratwurst „Thüringer Art“ mit dunkler Senfsoße, dazu Rotkohl und Salzkart. 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	Fischragout in Kräuter-Rahm mit Gemüsestreifen, dazu Erbsenreis D,G,I Grießbrei mit Kirschoße A,G	3 Eierpfannkuchen dazu heiße Schokoladensoße mit Birnenstücken A,C,G Grießbrei mit Kirschoße A,G	Pfifferlinge mit etwas Speck, Zwiebeln und Kräutern, dazu ein goldgelbes Eieromelett und Kartoffel-Röstitaler 1,2,3,C,G,I,J + € 0,70 Grießbrei mit Kirschoße A,G	„Piccata Milanese“ Schweineschnitzel in Käse-Ei-Hülle gebraten, dazu fruchtige Tomatensoße, kurze Makkaroni und Gurkensalat 1,2,A,C,G,I Dessert des Tages
<b>Freitag 09.12.</b>	Gebratenes Seefischfilet, natur, mit Dillsoße, dazu Salzkartoffeln und Möhrensalat 2,3,8,D,G,I,L Cappuccinopudding G	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen 2,3,7,G,I Cappuccinopudding G	Hähnchenbrust mit Spargelcremesoße, 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,G,I Cappuccinopudding G	„Pusztapfanne“ - vegetarisches Geschnetzeltes in Tomatensoße mit Paprika und Mais, dazu Kürbis-Kartoffelpüree A,C,G,I Cappuccinopudding G	Gegrillte Schweinehaxe (ohne Knochen) auf mildem Wein-Sauerkraut, dazu Kartoffelklöße mit Speckstippe 2,3,I Cappuccinopudding G	„Piccata Milanese“ Schweineschnitzel in Käse-Ei-Hülle gebraten, dazu fruchtige Tomatensoße, kurze Makkaroni und Gurkensalat 1,2,A,C,G,I Dessert des Tages
<b>Samstag 10.12.</b>	Gefüllte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Specksoße und Kartoffelbrei 1,2,3,G,I,J Joghurtcreme mit Früchten G	Kräftiges Gulasch (vom Schwein) dazu Rotkohl und Eiernudeln 1,A,C,G,I,J Joghurtcreme mit Früchten G	Möhreneintopf mit 2 Wiener Würstchen 2,3,7,G,I Joghurtcreme mit Früchten G 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 Joghurtcreme mit Früchten G	2 Spiegeleier auf Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln 3,C,G,I,L Joghurtcreme mit Früchten G	Schollenfilet, natur gebraten, mit Shrimps und Kräuterbutter, dazu Salzkart. und Möhrensalat 1,2,3,8,B,D,G,J + € 0,70 Joghurtcreme mit Früchten G	„Piccata Milanese“ Schweineschnitzel in Käse-Ei-Hülle gebraten, dazu fruchtige Tomatensoße, kurze Makkaroni und Gurkensalat 1,2,A,C,G,I Dessert des Tages
<b>Sonntag 11.12.</b>	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Champignons und Spargel, dazu Reis G Erdbeerpudding mit Sahne x	Leckeres Pilzragout in Rahmsoße 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 Salzkartoffeln 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-Zwiebelsoße, dazu Kräuterpüree 1,G,I,J Erdbeerpudding mit Sahne x	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Erdbeerkompott G Erdbeerpudding mit Sahne x	Lammkeulenbraten in kräftiger Kräutersoße, dazu Prinzebohnen und Butterkartoffeln 1,3,G,I,J + € 0,70 Erdbeerpudding mit Sahne x	„Piccata Milanese“ Schweineschnitzel in Käse-Ei-Hülle gebraten, dazu fruchtige Tomatensoße, kurze Makkaroni und Gurkensalat 1,2,A,C,G,I 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.