

	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 28.12.	Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße, dazu feines Erbsengemüse und Petersilienkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Mousse au Chocolat (X)	Gefüllte Rinderroulade „bürgerlich“ (mit Hackfüllung) in typischer Soße, dazu Rotkohl und Kartoffelbrei (1,2,3,8,G,I,J) Mousse au Chocolat (X)	Frikadelle mit Sahnesoße, dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln (1,3,A,C,G,I,J,L) Mousse au Chocolat (X) EW 5,6 F 4,8 KH 7,3 KJ 326 BE 0,6	Geflügelfrikassee mit Erbsen und Möhren in weißer Soße, dazu Reis (G,I) Mousse au Chocolat (X)	Steckrüben-Möhren-Eintopf mit Kartoffelwürfeln und Petersilie (G,I) Mousse au Chocolat (X)	„Holzfällersteak“ vom Schweinenacken mit Schmorzwiebeln, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln und Krautsalat (1,2,3,8,G,I,J) Mousse au Chocolat (X)	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Dienstag 29.12.	3 Bratwürstchen „Nürnberger Art“ auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree (2,3,7,G,I) Pfirsichkompott (X)	Bunter Gemüseintopf mit viel Gemüse, Kräutern, Kartoffelwürfeln und Rindfleischinlage (G,I) Pfirsichkompott (X)	Ungarisches Gulasch (vom Rind) mit Paprika und Zwiebeln, dazu Brechbohnen und Salzkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Pfirsichkompott (X) EW 5,4 F 4,0 KH 5,8 KJ 342 BE 0,5	Gebratene Fischstäbchen, dazu buntes Kartoffelpüree (mit Gemüse und Kräutern) (A,D,G) Pfirsichkompott (X)	Eierpfannkuchen mit Quark-Rosinen-Füllung, Butter, Zimt und Zucker (1,A,C,G) Pfirsichkompott (X)	„Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Salzkartoffeln (2,3,4,7,A,I,J,L) Pfirsichkompott (X)	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Mittwoch 30.12.	Grüner Bohneneintopf mit 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Spekulatiuspudding (G)	2 kleine Frikadellen auf buntem Frühlingsgemüse mit Holländischer Soße, dazu Kräuterpüree (A,C,G,I) Spekulatiuspudding (G)	Gefüllte Kohlroulade (mit Hackfleischfüllung) mit Bratensoße, dazu Kartoffelpüree (1,G,I,J) Spekulatiuspudding (G) EW 2,5 F 3,5 KH 6,3 KJ 275 BE 0,5	„Currywurst“ frische, grobe Bratwurst mit Ketchup-Soße, dazu warmer Kartoffelsalat (3,4,7,8,G,I,J) Spekulatiuspudding (G)	Gefüllte Paprikaschote (mit Gemüse-Getreidefüllung) auf fruchtiger Tomatensoße, dazu Kürbis-Kartoffelpüree (A,C,F,G,I,J) Spekulatiuspudding (G)	3 „Matjesfilets“ mit Zwiebelringen, dazu Bohnenbündchen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie (1,2,3,4,D,G,L) Spekulatiuspudding (G) + 0,70 €	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Silvester Donnerstag 31.12.	3 Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8,A,C,G,I,J,L) Pistazienpudding (X)	Gebratenes Fischfilet (Hoki) mit Kräuter-Senfsoße, dazu Finger-möhren und Salzkartoffeln (3,D,G,I,J,L) Pistazienpudding (X)	Kasselerbraten mit Soße, dazu Rotkohl und Petersilienkartoffeln (1,2,3,7,G,I,J,L) Pistazienpudding (X) EW 4,9 F 4,2 KH 7,8 KJ 381 BE 0,6	Holsteiner Kartoffelsuppe mit 1 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Pistazienpudding (X)	2 Hefeklöße dazu heißes Pflaumenkompott (ohne Steine) (A,C,G) Pistazienpudding (X)	Gebratene Kalbsleber mit Schmorzwiebeln und Apfelspalten, dazu Rotkohl und Kartoffelpüree (1,G,I,J) Pistazienpudding (X)	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Neujahr Freitag 01.01.	KALT (Anlieferung am 31.12.) Paniertes Schweineschnitzel mit Senf, garniert, dazu Kartoffelsalat „Hausfrauen Art“ (mit Mayonnaise) (3,8,A,C,I) Mandelpudding mit Kirschoße (G,H)	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) Mandelpudding mit Kirschoße (G,H)	KALT (Anlieferung am 31.12.) Gegrillte Hähnchenbrust garniert, dazu bunter Nudelsalat (3,A,C,F,G,I) Mandelpudding mit Kirschoße (G,H) 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) Mandelpudding mit Kirschoße (G,H)	KALT (Anlieferung am 31.12.) Süßer Milchreis mit Zimt und Zucker und Schattenmorellen (ohne Steine) (G) Mandelpudding mit Kirschoße (G,H)	KALT (Anlieferung am 31.12.) Geräucherter Lachs und Forellenfilet garniert mit Zwiebelringen und Zitrone, dazu Meerrettich, feiner Waldorfsalat, Toastbrot und Butter (3,5,A,C,D,G,H,I,J,L) + 0,90 € Mandelpudding mit Kirschoße	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Samstag 02.01.	Linseneintopf und 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I,J) Götterspeise-Himbeer (X)	Lockerer Hackbraten mit Rahmsauce, dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Götterspeise-Himbeer (X)	Feine Kalbsbratwurst mit Bratensoße, dazu Rahm-Rosenkohl und Petersilienkartoffeln (1,3,7,G,I,J,L) Götterspeise-Himbeer (X) EW 4,0 F 6,6 KH 8,2 KJ 459 BE 0,6	2 Eierpfannkuchen mit heißem Heidelbeerkompott (A,C,G) Götterspeise-Himbeer (X)	Gabelspaghetti „Bologneser Art“ mit Gemüse-Bolognese und Parmesankäse (A,G,I) Götterspeise-Himbeer (X)	Gebratenes Forellenfilet mit Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,5,8,D,G,I,L) Götterspeise-Himbeer (X) + 0,70 €	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) Dessert des Tages
Sonntag 03.01.	Gebratene Hähnchenbrust mit Geflügelsoße, dazu Finger-möhren und Salzkartoffeln (1,3,F,G,I) Vanillepudding mit Sahne (X)	Bratwurstschnecke auf mildem Sauerkraut, dazu Stampfkartoffeln (2,3,G,I) Vanillepudding mit Sahne (X)	Putenkeulenbraten mit Geflügelsoße, dazu Blumenkohl mit weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3,G,I,L) Vanillepudding mit Sahne (X) EW 6,0 F 7,0 KH 6,6 KJ 484 BE 0,6	Wildgulasch in Wacholdersauce mit Pilzen, dazu Butter-Spätzle (1,A,C,G,I,J) Vanillepudding mit Sahne (X)	3 Eierpfannkuchen mit heißem Fruchtkompott (aus Kirschen, Heidelbeeren und Erdbeeren) (A,C,G) Vanillepudding mit Sahne (X)	Rheinischer Sauerbraten vom Rind in typischer Soße (mit Rosinen), dazu Rahm-Rosenkohl und Kartoffelklöße (1,A,G,I,J) Vanillepudding mit Sahne (X) + 0,70 €	„Griechische Platte“ - Gyros-Geschnetzeltes vom Schwein und Cevapcici mit Zwiebelringen, dazu Paprika-Tomatenreis und Tsatsiki (G) 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.



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, Annette.Eilers@paritaetischer.de
Jever: 04461 9302-0, Michael.Rumpf@paritaetischer.de

1.

	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 04.01.	Eisbeinflisch auf Sauerkraut, dazu Erbspüree und Kartoffelbrei (2,3,7,G,I,J) Joghurt „Bratapfel“ (X)	Schweinegeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Champignons, dazu Spiralnudeln (A,G,I) Joghurt „Bratapfel“ (X)	Kräftiges Rindergulasch, dazu Kartoffelpüree und Bohnensalat (1,G,I,J) Joghurt „Bratapfel“ (X) EW 5,7 F 4,8 KH 7,0 KJ 397 BE 0,5	„Jägerpfanne“ mit Hackfleisch, und Pilzen, dazu Kartoffelbrei (1,G,I) Joghurt „Bratapfel“ (X)	Milchreis mit Zimt und Zucker, dazu heißes Backobst (2,3,5,G,L) Joghurt „Bratapfel“ (X)	Zartes, paniertes Hähnchenschnitzel (gefüllt mit Frischkäse), dazu Tomaten-Nudeln und bunter Salat (A,G,I) Joghurt „Bratapfel“ (X)	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Dienstag 05.01.	Grünkohl mit Kochwurst und Pinkel, dazu Salzkartoffeln (2,3,4,A,I,J,L) Kirschkompott (X)	Hähnchenpfanne „chinesisch“ mit Huhnfleisch und pikantem Chinagemüse, dazu Curryreis (3,F,G,I) Kirschkompott (X)	3 Königsberger Klopse mit Kapernsoße, dazu Salzkartoffeln und Rote-Bete-Salat (3,8,A,C,G,I,J,L) Kirschkompott (X) EW 4,8 F 3,5 KH 7,7 KJ 382 BE 0,6	2 Bratwürstchen „Nürnberger Art“ auf Rahmwirsing, dazu Kartoffelpüree (7,G,I) Kirschkompott (X)	Kräftiger Eintopf aus Rosenkohl, Möhren, Schwarzwurzeln, Kartoffeln und Petersilie (G,I) Kirschkompott (X)	Gebratenes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensoße, dazu warmer Kartoffelsalat (3,8,C,D,G,J,L) Kirschkompott (X) + 0,70 €	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Mittwoch 06.01.	Möhreneintopf mit Kartoffelwürfeln, Petersilie und 2 Wiener Würstchen (2,3,7,G,I) Quarkcreme mit Schokosplitttern(G)	2 kleine Frikadellen mit Bratensoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3,A,C,G,I,J,L) Quarkcreme mit Schokosplitttern(G)	Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit Rotweinsauce, dazu feine Erbsen und Salzkartoffeln (1,3,F,G,I,J,L) Quarkcreme mit Schokosplitttern (G) EW 6,7 F 1,5 KH 8,0 KJ 311 BE 0,7	Bremer Knipp, dazu Salzkartoffeln und Apfelsauce (kalt) (3,A,L) Quarkcreme mit Schokosplitttern(G)	3 Eierpannkuchen, dazu heiße Schokoladensauce mit Birnenstücken (A,C,G) Quarkcreme mit Schokosplitttern(G)	„Sauerkrautplatte“ Kasseler, Bratwürstchen und Wienerle auf mildem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit Speck und Zwiebeln (2,3,7,G,I) Quarkcreme mit Schokosplitttern(G)	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Donnerstag 07.01.	2 „Matjesfilets“ auf Hausfrauen Art in Apfel-Zwiebel-Sahnesauce, dazu Brechbohnen in Schmitze und Salzkartoffeln (2,3,4,C,D,G,I,J,L) Erdbeercreme (G)	Hühnerfrikassee in weißer Soße mit Spargel und Champignons, dazu Petersilienkartoffeln (3,G,L) Erdbeercreme (G)	Saftiger Schweinebraten mit Bratensoße, dazu Rotkohl und Petersilienkartoffeln (1,3,G,I,J,L) Erdbeercreme (G) EW 8,5 F 3,8 KH 7,8 KJ 414 BE 0,7	Kleines paniertes Hähnchenschnitzel auf Geflügelsoße, dazu buntes Sommergemüse und Salzkartoffeln (1,3,A,G,L) Erdbeercreme (G)	Milchreis mit Zimt und Zucker und heißem Pflaumenkompott (G) Erdbeercreme (G)	Pfifferlinge mit etwas Speck, Zwiebeln und Kräutern, dazu ein goldgelbes Eieromelett und Kartoffel-Röstitaler (1,2,3,C,G,I,J) Erdbeercreme (G) + 0,70 €	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Freitag 08.01.	„Falscher Hase“ - Hackbraten mit Bratensoße, dazu Blumenkohl in weißer Soße und Petersilienkartoffeln (1,3,A,G,I,J,L) Haselnusspudding mit Vanillesoße(G,H)	Spitzkohl-Eintopf mit Möhren, Kartoffeln, Petersilie und 2 kleinen Kochwürstchen (2,3,G,I,J) Haselnusspudding mit Vanillesoße(G,H)	Gedünstetes Seelachsfilet in Senfsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Möhrensalat (2,3,8,D,G,I,J,L) Haselnusspudding mit Vanillesoße(G,H) EW 6,0 F 2,0 KH 6,0 KJ 282 BE 0,5	Rindergulasch mit Champignons, dazu Eiernudeln (1,A,C,G,I,J) Haselnusspudding mit Vanillesoße(G,H)	Kräuter-Rührei mit Bratkartoffeln, dazu Möhrensalat (C,G,I) Haselnusspudding mit Vanillesoße(G,H)	1/2 Grill-Hähnchen, dazu Tomaten-Paprika-Reis und Krautsalat Haselnusspudding mit Vanillesoße(G,H)	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Samstag 09.01.	Bratwurst „Thüringer Art“ mit Bratensoße, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffelpüree (1,7,G,I,J) Grießbrei mit Himbeersoße (A,G)	2 gekochte Eier auf Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln (3,C,G,I,L) Grießbrei mit Himbeersoße (A,G)	Grüner Bohneneintopf mit Kräutern, Kartoffelwürfeln und Rindfleischinlage (G,I) Grießbrei mit Himbeersoße (A,G) EW 3,7 F 1,9 KH 5,0 KJ 202 BE 0,4	Hähnchenfleisch in Currysoße mit Fruchtinlage, dazu bunter Gemüseris (G) Grießbrei mit Himbeersoße (A,G)	3 Eierpannkuchen mit heißem Fruchtkompott (Pfirsich, Ananas und Mandarinenpalten) (A,C,G) Grießbrei mit Himbeersoße (A,G)	Schollenfilet „Finkenwerder Art“ natur gebraten, mit Speckstippe, dazu Petersilienkartoffeln und gemischter Salat (2,3,D,L) + 0,70 € Grießbrei mit Himbeersoße (A,G)	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages
Sonntag 10.01.	Sauerbraten „Rheinische Art“ vom Schwein in typischer Soße mit Rosinen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (1,G,I,J) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	Huhneintopf „Royal“ mit Eierstich, Gemüse, Huhnfleisch und Reis (C,G,I) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	Kalbsgeschnetzeltes in Sahnesauce mit Champignons, dazu Pariser Karotten und Petersilienkartoffeln (3,G,I,L) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) EW 4,3 F 2,2 KH 7,0 KJ 280 BE 0,5	2 Kochklopse auf Blumenkohl in weißer Soße, dazu Kräuterpüree (A,C,G,I,J) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	4 Kartoffelpuffer mit Apfelsauce (kalt) (A,C) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X)	Gebratene Entenkeule mit Geflügelsoße, dazu Finger-möhren und Kartoffelklöße (1,A,G) Joghurt „Kirsch-Banane“ (X) + 0,90 €	Gebratene Hähnchenbrust „Bombay“ mit Currysoße und Ananas- und Pfirsichstücken, dazu Reis (F,G,I) Dessert des Tages



50 JAHRE
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 = 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.