

14.

	Tagesmenü M1 € 10,40	Diabetiker M2 € 10,40	Schonkost M3 € 10,40	Feinschmecker M4 € 11,30	Vegetarisch M5 € 10,00	Süßspeise M8 € 10,00	Spezielles und Regionales M10 € 10,55
Montag 30.3.	Spaghetti „Bolognese“ dazu Krautsalat	Truthahngulasch mit Möhrengemüse und Nudeln	Schweinebraten in brauner Sauce mit Blumenkohl und Kartoffelpüree	Seelachsfilet mit Erbsensauce auf Zucchini- Kräutergemüse, dazu Reis	Gemüsepfanne Bulgur (Hartweizengrütze) mit BioTofuwürfel	Milchreis mit heißen Kirschen	Gegrillte Schweine- haxe (ohne Knochen) auf mildem Wein-Sauer- kraut, dazu Kartoffelklöße mit Speckstippe + 1,95 €
Dienstag 31.3.	Königsberger Klopse in Kapernsauce dazu Salzkartoffeln und Rote-Beete-Salat	Feiner Milchreis mit feinen Früchten und Zimt	Geflügel- Schaschlikpfanne mit Zwiebeln und Paprika dazu Reis	„Cordon Bleu“ vom Schwein mit Bratensauce, Erbsengemüse und Paprikakartoffeln	Rührei mit Rahmspinat und Püree	Germknödel mit Vanillesauce	Gegrillte Schweine- haxe (ohne Knochen) auf mildem Wein-Sauer- kraut, dazu Kartoffelklöße mit Speckstippe + 1,95 €
Mittwoch 1.4. Ende der Grünkohlsaison	Gebackener Leberkäse auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree	Gedünstetes Seelachsfilet mit Juliengemüsesauce und Salzkartoffeln	Griechischer Hackbraten („Bifteki“) mit Hirten-Käse dazu Tomatenreis und Krautsalat	Geflügelfilets in Paprika-Sahne-Sauce mit Mais-Erbsengemüse und Nudeln	Kürbiscurry mit Reis	Sahnegrießbrei mit Himbeeren	„Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + 1,95 €
Donnerstag 2.4. Ende der Grünkohlsaison	Schweinerahmgulasch mit Champignons und Spiralnudeln dazu Rohkostsalat	Rinderfrikadelle in Kräutersauce mit feinem Erbsengemüse und Kartoffelpüree	Gegrillte Hähnchenkeule auf Paprikagemüse dazu Gabelspaghetti	Herzhafter Kasselerhacken in Sauce mit Bayrischkraut und Salzkartoffeln	Gemüsefrikadelle in Tomatensauce und Vollkornnudeln	Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce	„Grünkohlplatte“ - Grünkohl mit Kasseler, Pinkel und Kochwurst, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + 1,95 €
Freitag 3.4. Karfreitag	Geschnitztes „Züricher Art“ in Pilzrahmsauce mit Erbsengemüse und Langkornreis	Feine Rinderfrikadelle in Sauce mit Kräutern der Provence dazu Karottenscheiben und Kartoffelpüree	Geflügelbällchen in brauner Sauce dazu Gemüseris	Wildlachsfilet mit Dillrahmsauce, dazu Brokkoligemüse und Salzkartoffeln	Gemüse-Kartoffel- Auflauf mit herzhaftem Käse überbacken	Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce	„Sauerkrautplatte“ mit Kasseler, Bratwürstchen u. Wienerle auf mildem Sauerkraut, dazu Kartoffel- püree mit Speck u. Zwiebeln + 1,75 €
Samstag 4.4.	Herzhaftes Saftgulasch vom Schwein mit Nudeln und Mischsalat	Geflügelsteaks in feiner Sauce mit Mischgemüse und Kartoffelpüree	Curry-Spinat-Pfanne mit Linsen, dazu Sesamkartoffeln	Zartes Wildgulasch mit Waldpilzsauce dazu Bohnengemüse und Schupfnudeln		Milchreis mit roter Grütze	„Sauerkrautplatte“ mit Kasseler, Bratwürstchen u. Wienerle auf mildem Sauerkraut, dazu Kartoffel- püree mit Speck u. Zwiebeln + 1,75 €
Sonntag 5.4. Ostersonntag	Thüringer Bratwurst in Sauce mit Wirsinggemüse und Kartoffeln	Feines Seefischfilet (paniert) in fruchtiger Zitronensauce mit Pariser Karotten und Petersilienkartoffeln	Bandnudeln in leckerer Spinat-Käse- Sauce	Schweinesteak mit Grillgemüse in Tomatensauce dazu Rosmarinkartoffeln mit Schale aus dem Ofen		Heißer Apfelstrudel mit Vanillesauce	Gebratene Entenbrust „süß-sauer“ mit Ananas und Chinagemüse, dazu weichgekochter Reis + 2,75 €

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!

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
Neepsallee 5 b,
26133 Varel

Bestellungen für Essen
auf Rädern
Montag – Freitag
8.00 – 12.00 Uhr

Landkreis Friesland
Stadt Wilhelmshaven
04451 9146-24
Petra.Kirchhoff@paritaetischer.de

Änderungen vorbehalten.

15.

	Tagesmenü M1 € 10,40	Diabetiker M2 € 10,40	Schonkost M3 € 10,40	Feinschmecker M4 € 11,30	Vegetarisch M5 € 10,00	Süßspeise M8 € 10,00	Spezielles und Regionales M10 € 10,55
Montag 6.4. Ostermontag	Schweinefilet natur mit Champignon- rahmsauce, grüne Bohnen und Kräuterkartoffeln	Hähncheninnenfilet auf Tomaten- Gemüseragout und Tagliatelli Verdi	Geschnetzeltes vom Kalb „Züricher Art“ in Pilzrahmsauce mit Erbsengemüse und Langkornreis	Seelachsfilet mit Erbsensauce auf Zucchini- Kräutergemüse, dazu Reis + 0,70 €	Asiatisches Wokgemüse in pikanter Tomatensauce mit feinem Basmatireis	Milchreis mit Erdbeer- Rhabarberkompott	Gebratene Entenbrust „süß-sauer“ mit Ananas und Chinagemüse, dazu weichgekochter Reis + 2,75 €
Dienstag 7.4.	Buntes Hühnerfrikassee mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis	Frischer Markteintopf mit Möhren, Kartoffeln und feinem Geflügel- Wiener-Würstchen	Schweinebraten in deftiger Sauce mit feinem Bohnengemüse dazu Salzkartoffeln	Schweineschnitzel in Paprikasauce mit Kräuterkartoffeln dazu Krautsalat	Gemüse-Köttbullar mit Käselahmsauce und Bulgur	Feiner Grießbrei mit roter Grütze	Zwei Matjesfilets mit Zwiebelringen, dazu Speckbohnen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie + 1,25 €
Mittwoch 8.4.	Westfälische Dicke Bohnen mit Mettwurst und Salzkartoffeln	Geflügelfrikadelle in Sauce mit zartem Kohlrabi und Reis	Seelachsfilet in fruchtiger Tomatensauce dazu grüne Bandnudeln	Rinderzwiebelbraten in Sauce mit Rotkohl und Röstiecken + 0,70 €	Vegetarische Currywurst mit Naturreis und Zucchini Salat	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott	Zwei Matjesfilets mit Zwiebelringen, dazu Speckbohnen und Schwenkkartoffeln mit Petersilie + 1,25 €
Donnerstag 9.4.	Hähnchen-Hackbraten in Sauce dazu buntes Gemüse und Reis	Schweinegulasch „Räuber Art“ mit buntem Gemüse und pikanter Balkansauce und Spiralnudeln	Herzhafte Leberknödel auf Sauerkraut dazu Kartoffelpüree	Hähnchenfiletstreifen in Pilzrahmsauce dazu Spätzle	Chilli sin Carne vegetarisches Chilli mit Reis	Quarkkeulchen mit Rosinen in Vanillesauce	Seemannslabskaus mit einem Spiegelei und einem Rollmops + 0,75 €
Freitag 10.4.	Frische Kartoffelpuffer mit leckerem Apfelmus	Gebackener Fleischkäse auf Spinat und Kartoffelpüree	Saftiges Schweinegulasch mit Erbsen- und Maisgemüse dazu Vollkorn-Spiralnudeln	Paniertes Seelachsfilet in milder Senfsauce mit Karotten und Reis + 0,70 €	Champignons „a la Creme“ mit kleinen Bandnudeln	Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelkompott	Seemannslabskaus mit einem Spiegelei und einem Rollmops + 0,75 €
Samstag 11.4.	Schweinerücken- braten in Bratensauce mit zartem Blumenkohl und Salzkartoffeln	Pikanter Linseneintopf mit Geflügel-Wiener- Würstchen	Gemüsebratling auf Karottensauce mit Erbsenpüree	Hähnchensteaks mit Barbecuesauce, Reis und Krautsalat		Bergische Waffel mit heißen Kirschen	Gedünstetes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensoße, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + 2,75 €
Sonntag 12.4.	Gefüllte Hackfleischrolle in Rahmsauce mit herzhaftem Rübensgemüse und Nudeln	Putengeschnetzeltes mit Brokkoli und Langkornreis	Käsemakkaroni mit Tomaten- Basilikumsauce	Gefüllte Rinder- Roulade „Hausfrauen Art“ in Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln + 1,20 €		Eierpfannkuchen mit gebratenem Apfel und Vanillesauce	Gedünstetes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensoße, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + 2,75 €

Menükarte

30.3.2026 – 12.4.2026

KW 14/15

6 0 J A H R E

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 Sulfit, 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.