

	Menü 1 Genießer 8,90 €	Menü 2 Klassiker 7,50 €	Menü 3 Kräftig & Deftig 7,50 €	Menü 4 Leicht & Bekömmlich 7,50 €	Menü 5 Vegetarisch 7,20 €	Menü 6 Mini 6,90 €	Menü 7 Kühl & Lecker 6,60 €	Menü 8 Salat 6,50 €
Montag 08.04.	Rinderschmorbraten in kräftiger Soße (*1 J) grüne Bohnen & Speckklöße (*Aa/C/G/S), Dessert 475 KJ, 114 Kcal, 5 F, 2 ges.F, 9 KH, 2 Z, 8 E, 1 S	Großmutter Erbsensuppe (*1 3 S) mit Gemüse (*I) & Bockwurst (*1 3 5 S G J), Dessert 345KJ, 84Kcal, 5F, 1,9ges.F, 5KH, 1,2Z, 4E, 1,7S	Gulasch vom Schwein (*S) in Sauce (*G) mit Gemüstreifen (*I), Spiralnudeln (*Aa), Dessert 468KJ, 117Kcal, 3F, 1,2ges.F, 15KH, 0,9Z, 5E, 0,4S	Indisches Gemüsecurry mit Mango, Reis, Dessert 376KJ, 95Kcal, 2F, 0,8ges.F, 16KH, 1,4Z, 2E, 0,6S	Mediterrane Gemüsepfanne in Sahne-Kräutersauce (*G) mit Tomatenstückchen, Reis, Dessert 357KJ, 89Kcal, 1F, 0,3ges.F, 17KH, 1,8Z, 2E, 0,8S	Schweinebraten (*S) in herzhafter Soße, Möhren in Schlemmersoße (*Aa/G/J) & Schnittlauch-Kartoffeln, Dessert 351 KJ, 84 Kcal, 4 F, 2 ges.F, 8 KH, 2 Z, 5 E, 1 S	Gemüsefrikadelle (*Aa C) auf Kartoffelsalat (*1 2 6 C G J J), Ketchup, Dessert 502KJ, 120Kcal, 6F, 2,0ges.F, 14KH, 1,9Z, 4E, 0,5S	Kein Angebot
Dienstag 09.04.	"Krautgulasch" Rindergulasch in herzhafter Soße (*S/G/J), Sauerkraut & Salzkartoffeln, Dessert 351 KJ, 84 Kcal, 3 F, 2 ges.F, 9 KH, 2 Z, 6 E, 2 S	"Berner Pfanne", Schweinegeschetztes (S) in Käsepaprikasauce (*2 G J), Salzkartoffeln, Dessert 379KJ, 98Kcal, 4,3F, 1,8ges.F, 8,5KH, 1,2Z, 4,3E, 1,1S	3 gebratene Fleischbällchen (*S Aa C) auf weiße Bohnengemüse in Tomaten-Paprika-Sauce (*1 G J J), Reis, Dessert 661KJ, 158Kcal, 6,59F, 2,7ges.F, 16KH, 1,1Z, 8,48E, 0,8S	Spaghetti (*Aa) mit Tomaten-Kräutersauce, Dessert 448KJ, 123Kcal, 1,6F, 0,2ges.F, 19,7KH, 1,5Z, 3,4E, 0,7S	Gemüse-Schnitzel (*5 Aa C G I) auf Gemüse (*G I), bunter Reis, Dessert 447KJ, 112Kcal, 2,1F, 0,6ges.F, 18,7KH, 1,6Z, 2,7E, 0,7S	Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen (*Aa/C/G) mit Apfel-Quark-Füllung, Dessert 611 KJ, 146 Kcal, 5 F, 2 ges.F, 18 KH, 3 Z, 7 E, 1 S	Gyrosbraten (*S) mit griechischem Nudelsalat (*9 Aa) mit Minzjoghurt (*G), Dessert 638KJ, 152Kcal, 5,8F, 2,2ges.F, 16,3KH, 1,6Z, 8,56E, 0,9S	Salat „Hellas“, Griechischer Bauernsalat (*3 9) mit Weißkäse (*G), Kräuter-Vinaigrette, Brötchen (*Aa Ab F), Dessert 485KJ, 117Kcal, 8F, 1,9ges.F, 8KH, 1,7Z, 3E, 0,7S
Mittwoch 10.04.	Rinderschmorbraten in kräftiger Soße (*1 J) grüne Bohnen & Speckklöße (*Aa/C/G/S), Dessert 475 KJ, 114 Kcal, 5 F, 2 ges.F, 9 KH, 2 Z, 8 E, 1 S	Chilli con Carne (*S) mit Reis, Dessert 535KJ, 128Kcal, 3F, 0,6ges.F, 18KH, 1,4Z, 8E, 0,5S	Geschnetzeltes (*1 2 G I L) vom Schwein (*S) mit Champignons (*1 3 L), Reis, Möhrensalat, Dessert 445KJ, 106Kcal, 3F, 1,2ges.F, 1KH, 3,3Z, 4E, 0,7S	Eieromelette (*C G) mit Rahmspinat (*G), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 370KJ, 94Kcal, 3F, 1,2ges.F, 8KH, 5,6Z, 6E, 0,7S	Barbecue-Eintopf (*1 6) mit Tomaten, Zucchini, Mais, Kartoffeln & etwas Knoblauch, Dessert 240KJ, 71Kcal, 1F, 0,1ges.F, 11KH, 2,8Z, 2E, 0,8S	Herzhaftes Schweinegulasch (*S) mit "Leipziger Allerlei" und Spätzle (*Aa/C/I), Dessert 367 KJ, 88 Kcal, 3 F, 1 ges.F, 11 KH, 2 Z, 6 E, 1 S	Thunfischsalat (*D) mit Gemüse, Zwiebeln & Mayonaise (*1 2 6 G J), Baguette (*Aa), Dessert 558KJ, 133Kcal, 7F, 3,0ges.F, 9KH, 2,3Z, 9E, 0,9S	Bunter Salat mit 2 kleinen Frikadellen (*S Aa), American-Dressing (*1 2 6 G J J), Brötchen (*Aa Ab F) 310KJ, 74Kcal, 2F, 0,7ges.F, 10KH, 3,8Z, 3E, 3,1S
Donnerstag 11.04.	"Krautgulasch" Rindergulasch in herzhafter Soße (*S/G/J), Sauerkraut & Salzkartoffeln, Dessert 351 KJ, 84 Kcal, 3 F, 2 ges.F, 9 KH, 2 Z, 6 E, 2 S	Schweineschnitzel (*Aa) paniert Tomatensauce (*1), Pasta (*Aa), Dessert 339KJ, 90Kcal, 1F, 1,1ges.F, 15KH, 1,1Z, 3E, 0,5S	Pan. Hähnchenschnitzel (*Aa) in Sauce (*Aa G), Blumenkohl-Broccoligemüse, Pasta (*Aa), Dessert 486KJ, 116Kcal, 4F, 1,2ges.F, 15KH, 1,4Z, 6E, 0,9S	Seelachs (*D) gedünstet mit Möhren- & Selleriestreifen (*I J), Kartoffelpüree (*2 3 G), Dessert 121KJ, 37Kcal, 1F, 0,4ges.F, 5KH, 1,6Z, 1E, 0,9S	Gemüse-Tomatenragout mit Nudeln (*Aa), Dessert 356KJ, 85Kcal, 3F, 0,3ges.F, 13KH, 1,4Z, 2E, 0,5S	Zartes Rinder-geschnetzeltes mit Rotkohl und Kartoffelklößen (*Aa/C/G/J/I), Dessert 360 KJ, Kcal 86, 3 F, 1 ges.F, 11 KH, 3 Z, 5 E, 2 S	Quarkspeise (*G) mit Obstsalat (*1), Dessert 194KJ, 46Kcal, 1F, 0,7ges.F, 8KH, 9,6Z, 0E, 0,5S	"Chefsalat" gemischte Blattsalate Kochhinterschinken (*1 3 5 S) & Käsestreifen (*2 G), French-Dressing (*1 2 6 G J J), Brötchen (*Aa Ab F) 627KJ, 150Kcal, 9F, 4,2ges.F, 13KH, 4Z, 5E, 1,2S
Freitag 12.04.	Rinderschmorbraten in kräftiger Soße (*1 J) grüne Bohnen & Speckklöße (*Aa/C/G/S), Dessert 475 KJ, 114 Kcal, 5 F, 2 ges.F, 9 KH, 2 Z, 8 E, 1 S	Menkes Nudelauflauf (*1 Aa G) mit Tomaten, Zucchini & Hackfleisch (*S), Dessert 480KJ, 128Kcal, 4F, 1,7ges.F, 14KH, 1,3Z, 7E, 0,6S	Hähnchenkeule "a la creme" (*G) Lauchzwiebeln, Champignons (*1 3 L), Risoleekartoffeln, Dessert 505KJ, 121Kcal, 7F, 1,8ges.F, 9KH, 1,4Z, 6E, 1,0S	Blumenkohl in Sahnesauce (*G) mit Petersilienkartoffeln, Dessert 211KJ, 64kcal, 2F, 0,5ges.F, 8KH, 1,2Z, 1E, 0,9S	Apfel-Milchreis (*3 G) mit Pflaumen-Kompott, Dessert 477KJ, 134Kcal, 2F, 0,8ges.F, 22KH, 8,2Z, 2E, 0,0S	Jägerfrikadelle vom Schwein (*S) in Champignonsoße, Möhrengemüse & Stampfkartoffeln (Aa/C/G/J/I), Dessert 503 KJ, 121 Kcal, 8 F, 3 ges.F, 9 KH, 3 Z, 4 E, 2 S	Fleischröllchen (*S C) Ketchup (*6), Farmersalat (*1 2 6 G J J), Fladenbrot (*Aa G K), Dessert 478KJ, 115Kcal, 7F, 1,7ges.F, 8KH, 4,0Z, 4E, 0,6S	Salat "Torfstecher" frische Champignons & Sonnenblumenkerne auf frischem Salat, Buttermilch-Dressing (*G), Brötchen (*Aa) 260KJ, 62Kcal, 1F, 0,2ges.F, 10KH, 3,6Z, 3E, 0,3S
Samstag 13.04.	"Krautgulasch" Rindergulasch in herzhafter Soße (*S/G/J), Sauerkraut & Salzkartoffeln, Dessert 351 KJ, 84 Kcal, 3 F, 2 ges.F, 9 KH, 2 Z, 6 E, 2 S	Gulasch (*2 S G I L) „Ungarischer Art“, mit Paprika-Zwiebelsauce & Spiralnudeln (*Aa), Dessert 511KJ, 122Kcal, 4F, 1,3ges.F, 16KH, 1,9Z, 6E, 0,5S	Spargel in Curryrahm (*J G), Kräuterreis, Dessert 404KJ, 115Kcal, 2F, 0,7ges.F, 19KH, 0,7Z, 2E, 0,5S	Hamburger Kartoffelsuppe (*G I), Dessert 184KJ, 44Kcal, 2F, 0,7ges.F, 6KH, 1,1Z, 1E, 0,6S	Hühnerfrikassee mit feinem Spargel (*Aa/G/I), dazu bunter Gemüseris, Dessert 453 KJ, 108 Kcal, 5 F, 3 ges.F, 11 KH, 2 Z, 6 E, 2 S			
Sonntag 14.04.	Rinderschmorbraten in kräftiger Soße (*1 J) grüne Bohnen & Speckklöße (*Aa/C/G/S), Dessert 475 KJ, 114 Kcal, 5 F, 2 ges.F, 9 KH, 2 Z, 8 E, 1 S	Rinderroulade (*S J), Soße (*J), Apfelrotkohl (*1 6) & Kartoffelklöße, Dessert 288KJ, 80Kcal, 2F, 1,1ges.F, 9KH, 2,5Z, 4E, 0,9S	Gedünstetes Seelachsfilet (*D) auf Blattspinat (*G), Spirelli (*Aa), Dessert 345KJ, 88kcal, 2F, 0,7ges.F, 6KH, 5,2Z, 9E, 0,8S	Grießspeise (*Aa G) mit Pfirsichkompott, Dessert 254KJ, 64Kcal, 2F, 0,8ges.F, 9KH, 6,6Z, 1E, 0,1S	Saftiges Kasseler (*S) in Bratensoße, Sauerkraut & Stampfkartoffeln (*Aa/G/I), Dessert 331 KJ, 80 Kcal, 4 F, 2 ges.F, 7 KH, 2 Z, 4 E, 2 S			

vom Paritätischen Wolfsburg:

- 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:

- Ambulante Pflege
- Mobiler Hilfsdienst
- Seniorenbegegnungsstätte und KISS
- HilDe (Hilfe bei Demenz)



Paritätischer Wolfsburg
Saarstraße 10 a, 38440 Wolfsburg

Änderungen vorbehalten.



Telefon 05361 2950-40

Wochenend- und Feiertags-Menüs:

- bitte ankreuzen-
- Auch warm lieferbar = plus 1,40 € pro Tag
- Kühlkost (gekühlt haltbar bis drei Tage)

Die Nährwertangaben beziehen sich auf 100 gr. der gekennzeichneten Menüs. Die Werte von Eiweiß (E), Fett (F) und Kohlenhydrate (KH) sind in Gramm angegeben.

Aus der Nährwertberechnung sind abgepackte Desserts ausgenommen – entnehmen Sie bitte diese Nährwerte direkt aus der Umverpackung der Desserts.



NEU Online-Bestellsystem

Ab sofort können Sie auch direkt Online unter www.wolfsburg.essen-auf-raedern.de Ihre Bestellung aufgeben.

