

	Tagesmenü M1 € 9,40	Diabetiker M2 € 9,40	Schonkost M3 € 9,40	Für Feinschmecker M4 € 10,30	Vegetarisch M5 € 9,00	Süßspeise M8 € 9,00	Spezielles und Regionales M10 € 9,55
<b>Montag</b> 14.10.	<b>Gebackener Leberkäse</b> auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree	<b>Rinderbraten</b> in Bratenjus mit zartem Bohnengemüse und Salzkartoffeln	<b>Hähnchenschnitzel, paniert</b> mit Paprikagemüse und Butterreis	<b>Schweizer Sahnegeschnetzeltes</b> mit kleinen Möhren und Spätzle	<b>Spaghetti Funghi</b> Italiensche Nudeln in Pilzsauce und Olivenöl	<b>Milchreis</b> mit heißen Kirschen	<b>„Sauerkrautplatte“</b> mit Kasseler, Bratwürstchen u. Wienerle auf mild. Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit Speck u. Zwiebeln + € 1,55
<b>Dienstag</b> 15.10.	<b>Delikate Putenpfanne</b> mit Gemüse und Reis	<b>Grobe Bratwurst</b> in Bratenjus mit Apfelrotkohl und Kartoffeln	<b>Schweinegulasch</b> in pikanter Champignon-Rahm-Sauce dazu Spiral-Nudeln („Spirellis“)	<b>Zartes Hähnchenbrustfilet</b> Florentiner Art auf Käsesauce mit Blattspinat und Nudeln	<b>Mini-Frühlingsrollen</b> mit chinesischem Gemüse und feinem Wildreis	<b>Germknödel</b> mit Vanillesauce	<b>„Sauerkrautplatte“</b> mit Kasseler, Bratwürstchen u. Wienerle auf mild. Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit Speck u. Zwiebeln + € 1,55
<b>Mittwoch</b> 16.10.	<b>Currywurstpfanne</b> mit frischen Zwiebeln und Reis	<b>Geflügel-Hackbraten</b> in würziger Sauce mit Mischgemüse und Kartoffeln	<b>Vollkorn-Spaghetti Tonno</b> Nudeln in leckerer Tomaten-Thunfischsauce dazu Möhrensalat	<b>Rindersauerbraten</b> in delikater Sauce dazu Rotkohl und Kartoffelknödel + € 0,70	<b>Rührei</b> mit Rahmspinat und Kartoffeln	<b>Griesflammeri „Baden Baden“</b> mit Fruchtsoße	<b>Schollenfilet, paniert</b> mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Bohnsalat + € 2,45
<b>Donnerstag</b> 17.10.	<b>Fischfrikadelle</b> mit Ratatouille und Kartoffelpüree	<b>Belgischer Gemüseeintopf</b> mit Geflügelbockwurst	<b>Panierte Hähnchenfleischstücke</b> („Chicken-Nuggets“) mit Ketchupsauce Reis und Krautsalat	<b>Spießbraten</b> in Paprika-Rahm-Sauce mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln	<b>Gedünstetes Gemüse</b> mit Sauce „Holländische Art“ dazu Petersilienkartoffeln	<b>Sahnegrießbrei</b> mit Waldfrüchten	<b>Schollenfilet, paniert</b> mit Kräuterbutter und Champignons, dazu Salzkartoffeln und Bohnensalat + € 2,45
<b>Freitag</b> 18.10.	<b>Kartoffelpuffer (Reibekuchen)</b> mit leckerem Apfelmus	<b>Feine Rinderfrikadelle</b> in Sauce mit Kräutern der Provence dazu Karottenscheiben und Püree	<b>Deftige Kohlroulade</b> in Speck-Zwiebel-Sauce mit Salzkartoffeln	<b>Matjesfilet</b> in Kräutermarinade dazu Speckböhnchen und Butterkartoffeln	<b>Vegetarische Tortellini-Nudeln</b> in fruchtiger Tomatensauce	<b>Eierpfannkuchen</b> gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> „Jäger Art“ auf Rahm- Champignons, dazu Drillinge und Tomatensalat + € 0,75
<b>Samstag</b> 19.10.	<b>Herzhaftes Saftgulasch</b> vom Schwein mit Nudeln und Mischsalat	<b>Holsteiner Kartoffelsuppe</b> mit Wursteinlage	<b>Curry-Spinat-Pfanne</b> mit Linsen dazu Sesamkartoffeln	<b>Gedünstetes Fischfilet</b> auf Blattspinat mit Kräutersenfauce und Kartoffeln + € 0,70		<b>Milchreis</b> mit roter Grütze	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> „Jäger Art“ auf Rahm- Champignons, dazu Drillinge und Tomatensalat + € 0,75
<b>Sonntag</b> 20.10.	<b>Thüringer Bratwurst</b> in Sauce mit Wirsinggemüse und Kartoffeln	<b>Zarte Hähnchenbrust</b> in feiner Sauce dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln	<b>Bandnudeln</b> in leckerer Spinat-Käse- Sauce	<b>Schweinesteak</b> in Tomatensauce mit Grillgemüse und Rosmarinkartoffeln		<b>Heißer Apfelstrudel</b> mit Vanillesauce	<b>Gefüllte Rinderroulade</b> „Hausfrauen Art“ (mit Speck, Gurke, u. Zwiebeln gefüllt) in typ. Soße, dazu Leipziger Allerlei u. Salzkartoff. + € 2,45

Änderungen vorbehalten.

**vom Paritätischen Friesland:**

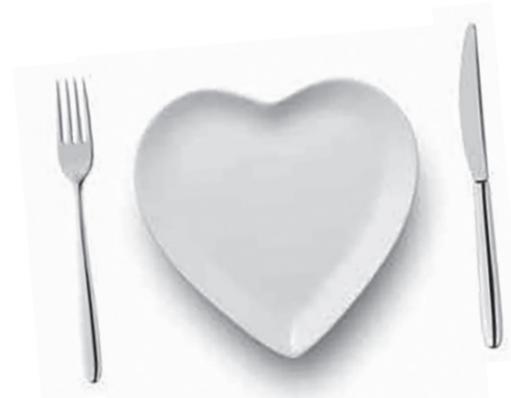
- ein abwechslungsreiches und vielseitiges tägliches Menüangebot
- eine zuverlässige Auslieferung unserer Gerichte
- flexible Bestellmöglichkeiten
- keine Vertragsbindung
- keine Vorkasse – die Abrechnung erfolgt monatlich

**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



Varel, WHV: 04451 9146-24, Petra.Kirchhoff@paritaetischer.de  
Jever: 04461 9302-0, Michael.Rumpf@paritaetischer.de

**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!

43.

	Tagesmenü M1 € 9,40	Diabetiker M2 € 9,40	Schonkost M3 € 9,40	Für Feinschmecker M4 € 10,30	Vegetarisch M5 € 9,00	Süßspeise M8 € 9,00	Spezielles und Regionales M10 € 9,55
<b>Montag</b> 21.10.	<b>Geschmorte Hähnchenbrust</b> in Balsamico-Marinade mit glasierten Erbsen und Möhren dazu Salzbeikartoffeln	<b>Magerer Schweinebraten</b> mit Rosenkohl und Salzkartoffeln	<b>Vollkorn-Spaghetti Carbonara</b> Schinkenstreifen in leckerer Käse-Sahne-Sauce dazu Zucchini-salat	<b>Seelachsfilet, paniert</b> mit Erbsensauce <b>auf Zucchini-Kräutergemüse dazu Reis</b> + € 0,75	<b>Asiatisches Wokgemüse</b> in pikanter Tomatensauce mit feinem Basmatireis	<b>Milchreis</b> mit Erdbeer-Rhabarberkompott	<b>Gefüllte Rinderroulade „Hausfrauen Art“</b> (mit Speck, Gurke, u. Zwiebeln gefüllt) in typ. Soße, dazu Leipziger Allerlei u. Salzkartoff. + € 2,45
<b>Dienstag</b> 22.10.	<b>Putenbraten</b> in Bratensauce mit Brechbohnen und Kartoffeln	<b>Königsberger Klopse</b> in Kapernsauce mit Reis und Rote-Beete-Salat	<b>Nudelauflauf</b> mit Brokkoli und Hackfleisch	<b>Schweinerückensteak</b> in Rahmsauce dazu Kaisergemüse und Kartoffeln	<b>Eieromelette</b> mit feinem Blattspinat Röstzwiebeln und Kartoffelpüree	<b>Eierpfannkuchen</b> mit Apfelkompott	<b>Seemannslabskaus</b> mit einem Spiegelei und einem Rollmops
<b>Mittwoch</b> 23.10.	<b>Gebratene Schweineleber</b> in Zwiebelsauce dazu Mischgemüse und Kartoffelpüree	<b>Geflügelschnitzel, paniert</b> mit feiner Sauce dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln	<b>Gegrillte Hackfleischröllchen („Cevapci“)</b> vom Rind mit würzigem Djuwetschreis und pikantem Krautsala	<b>Gedünsteter Fisch</b> auf Buttersauce mit Kräuterkartoffeln und Möhrensalat + € 0,75	<b>Makkaroni-Nudelauflauf</b> in fruchtiger Basilikum-Tomaten-Sauce mit Käse überbacken	<b>feiner Grießbrei</b> mit roter Grütze	<b>Seemannslabskaus</b> mit einem Spiegelei und einem Rollmops
<b>Donnerstag</b> 24.10.	<b>Zarter Schweinebraten</b> in milder Kümmel-Senf-Sauce mit Mischgemüse und Salzkartoffeln	<b>Seelachsfilet Naturell</b> mit Kräutersauce und Brokkoligemüse dazu Petersilienkartoffeln	<b>Berliner Currywurst</b> mit Reis und Gurkensalat	<b>Zartes gekochtes Rindfleisch</b> in Meerrettichsauce mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln	<b>Schmetterlingsnudeln („Farfalle“)</b> in leckerer Käse-Spinat-Sauce	<b>Pfannkuchen</b> mit Rosinen und Quarkfüllung dazu Zimtucker	<b>Eisbeinfleisch</b> auf Sauerkraut, dazu Kartoffelbrei mit Röstzwiebeln + € 0,75
<b>Freitag</b> 25.10.	<b>Szegediner Gulasch</b> Schweinegulsch mit Sauerkraut und Sauerrahm dazu Schwenkkartoffeln	<b>Leberknödel</b> in Majoransauce mit Sauerkraut und Kartoffeln	<b>Hähnchencurry</b> mit Früchten und Reis dazu Mischsalat	<b>Backfischfilet</b> auf delikater Senfsauce dazu Kräuterkartoffeln und Mischsalat + € 0,75	<b>Kartoffeltaschen</b> gefüllt mit pikantem Frischkäse dazu Tomaten-Zucchini-gemüse und Püree	<b>Mandarinenmilchreis</b>	<b>Eisbeinfleisch</b> auf Sauerkraut, dazu Kartoffelbrei mit Röstzwiebeln + € 0,75
<b>Samstag</b> 26.10.	<b>Eintopf</b> mit grünen Bohnen mit zartem Schweinefleisch	<b>Pikantes Geflügelgulasch</b> mit Blumenkohlgemüse und Salzkartoffeln	<b>Vegetarische Knödel-Dreierlei</b> Bunte Knödel in Champignonrahmsauce mit frischen Kräutern	<b>Rindergeschnetzeltes Jäger Art</b> mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln		<b>Quarkkeulchen</b> mit Rosinen in Vanillesauce	<b>Gebratenes Forellenfilet</b> mit Zitronen-Kräutersoße, dazu Petersilienkartoffeln und Gurkensalat + € 2,45
<b>Sonntag</b> 27.10.	<b>Hähnchenragout</b> mit Champignons, Spargel dazu Gemüseris	<b>Zarter Schweinelende-Braten</b> („Lummerbraten“) in Rahmsauce mit Möhregemüse und Kartoffeln	<b>Linsen-Bolognese</b> mit Nudeln	<b>Geflügelroulade</b> in feiner Sauce mit Rotkohl und Spätzle		<b>Feiner Milchreis</b> mit Zimtucker und Apfelkompott	<b>Gebratenes Forellenfilet</b> mit Zitronen-Kräutersoße, dazu Petersilienkartoffeln und Gurkensalat + € 2,45



**Menükarte**  
14.10.2024 – 27.10.2024  
KW 42/43

**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 \_\_\_\_\_

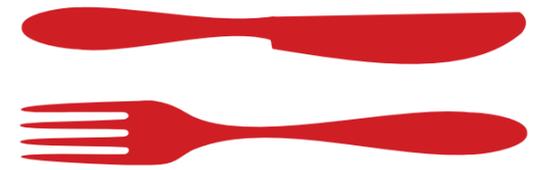
Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Änderungen vorbehalten.

5 0 J A H R E  
**ESSEN**  
AUF RÄDERN



**DER PARITÄTISCHE**