

30.

	Tagesmenü M1 € 9,40	Diabetiker M2 € 9,40	Schonkost M3 € 9,40	Feinschmecker M4 € 10,30	Vegetarisch M5 € 9,00	Süßspeise M8 € 9,00	Spezielles und Regionales M10 € 9,55
<b>Montag</b> 22.7.	Spaghetti Bolognese dazu Krautsalat	Truthahngulasch mit Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln	Schweinebraten in brauner Sauce mit Blumenkohl und Kartoffelpüree	Seelachsfilet mit Erbsensauce auf Zucchini- Kräutergemüse, dazu Reis + € 0,70	Gemüsepfanne Bulgur (Hartweizengrütze) mit BioTofuwürfel	Milchreis mit heißen Kirschen	„Sauerkrautplatte“ Kasseler, Bratwürstchen und Wienerle auf mild. Sauerkraut, dazu Kartoffel- püree mit Speck u. Zwiebeln + € 1,55
<b>Dienstag</b> 23.7.	Königsberger Klopse in Kapernsauce dazu Butterkartoffeln u nd 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 Kartoffeln	Rührei mit Rahmspinat und Püree	Germknödel mit Vanillesauce	„Sauerkrautplatte“ Kasseler, Bratwürstchen und Wienerle auf mild. Sauerkraut, dazu Kartoffel- püree mit Speck u. Zwiebeln + € 1,55
<b>Mittwoch</b> 24.7.	Gebackener Leberkäse auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree	Gedünstetes Pangasiusfilet Juliengemüsesauce und Salzkartoffeln	Bifteki Griechischer Hackbraten mit Hirten-Käse dazu Tomatenreis und Krautsalat	Geflügelfilets in Paprika-Sahne-Sauce mit Mais-Erbsengemüse und feinem Butterreis	Kürbiscurry mit Reis	Sahnegrießbrei mit Himbeeren	Gedünstetes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensoße, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 1,55
<b>Donnerstag</b> 25.7.	Schweinerahmgulasch mit Champignons und Spiralnudeln dazu Rohkostsalat	Rinderfrikadelle in Kräutersauce mit feinem Erbsengemüse und Kartoffelpüree	Gegrillte Hähnchenkeule auf Paprikagemüse dazu Kartoffeln	Schweine- rückenbraten in Sauce mit Bayrischkraut und Salzkartoffeln	Gemüsefrikadelle in Tomatensauce und Vollkornnudeln	Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce	Gedünstetes Rotbarschfilet, natur mit Remouladensoße, dazu Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln + € 1,55
<b>Freitag</b> 26.7.	Bratwurst in Sauce mit Kohlrabi und Kartoffeln	Putenbraten in Bratensauce mit feinem Rüben- gemüse und Kartoffeln	Geflügelbällchen in brauner Sauce dazu Gemüseris	Paniertes Schollenfilet Finkenwerder Art mit Speckstippe dazu warmer Kartoffelsalat + € 0,70	Gemüse-Kartoffel- Auflauf mit herzhaftem Käse überbacken	Beerengrütze mit Vanillesauce	„Schlesisches Himmelreich“ Kasseler auf heißem Backobst, dazu Kartoffelklöße
<b>Samstag</b> 27.7.	Spießbraten in würziger Zwiebelsauce mit Bohnengemüse und Paprikakartoffeln	Italienischer Gemüseintopf „Trentiner Art“ mit zartem Schweinefleisch	Deftige Käsespätzle Allgäuer Art mit Zucchini-Möhren-Salat	Saftiger Rinderbraten in pikanter Sauce mit Romanesco, Blumen- kohl, Karotten und Kartoffeln + € 0,90		Milchreis mit roter Grütze	„Schlesisches Himmelreich“ Kasseler auf heißem Backobst, dazu Kartoffelklöße
<b>Sonntag</b> 28.7.	Hähnchenragout mit Champignons, Spargel dazu Gemüseris	Schweinerückensteak in Rahmsauce mit zartem Kaisergemüse und Kartoffeln	Ratatouille Geschmortes Gemüse mit Langkornreis	Seehecht auf Kräutersauce mit Pariser Karotten und Kartoffeln + € 0,70		Heißer Apfelstrudel mit Vanillesauce	Gebratene Entenbrust „süß-sauer“ mit Ananas und Chinagemüse, dazu weichgekochter Reis + € 1,95

Änderungen vorbehalten.

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  
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 €
- 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!



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

31.

	Tagesmenü M1 € 9,40	Diabetiker M2 € 9,40	Schonkost M3 € 9,40	Feinschmecker M4 € 10,30	Vegetarisch M5 € 9,00	Süßspeise M8 € 9,00	Spezielles und Regionales M10 € 9,55
<b>Montag</b> 29.7.	„Makkaroni al Forno“ (aus dem Backofen) Hackfleischsauce dazu Käsemakkaroni	Geflügelsteaks in feiner Sauce mit Mischgemüse und Kartoffelpüree	Wirsingroulade Hausmacher Art in Specksauce dazu Kartoffeln	Rahmgeschnetztes „Hubertus-Art“ mit Pilzen, Rotkohl und Kartoffelklöße	Klassisches Eieromelette mit feinem Rahmspinat und Salzkartoffeln	Milchreis mit Erdbeer- Rhabarberkompott	Gebratene Entenbrust „süß-sauer“ mit Ananas und Chinagemüse, dazu weichgekochter Reis
<b>Dienstag</b> 30.7.	Buntes Hühnerfrikassee mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis	Frischer Markteintopf mit Möhren, Kartoffeln und feiner Geflügel- Bockwurst	Schweinebraten in deftiger Sauce mit feinem Bohnengemüse dazu Salzkartoffeln	Schweineschnitzel in Paprikasauce mit Kräuterkartoffeln dazu Krautsalat	Gemüse-Köttbullar mit Käselauchsauce und Bulgur (Hartweizengrütze)	feiner Grießbrei mit roter Grütze	Seemannslabskaus mit einem Spiegelei und einem Rollmops
<b>Mittwoch</b> 31.7.	Westfälische Dicke Bohnen mit Mettwurst und Salzkartoffeln	Geflügelfrikadelle in Sauce mit zartem Kohlrabi und Salzkartoffeln	Fischfilet Napoli in fruchtiger Tomatensauce dazu Gemüseis	Rinderzwiebelbraten in Sauce mit Rotkohl und Petersilienkartoffeln + € 0,70	Vegetarische Currywurst mit Reis und Zucchini Salat	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott	Seemannslabskaus mit einem Spiegelei und einem Rollmops
<b>Donnerstag</b> 1.8.	Hähnchen-Hackbraten in Sauce dazu buntes Gemüse und Reis	Schweinegulasch „Räuber Art“ mit buntem Gemüse und pikanter Balkansauce und Kartoffeln	Herzhafte Leberknödel auf Sauerkraut dazu Kartoffelpüree	Hähnchenfiletstreifen in Pilzrahmsauce dazu Spätzle	Chili sin Carne vegetarisches Chili mit Reis	Quarkkeulchen mit Rosinen in Vanillesauce	Eisbeinfleisch auf Sauerkraut, dazu Kartoffelbrei mit Röstzwiebeln + € 0,75
<b>Freitag</b> 2.8.	Frische Kartoffelpuffer mit leckerem Apfelmus	Gebackener Fleischkäse auf Spinat und Kartoffelpüree	Saftiges Schweinegulasch mit Erbsen- und Maisgemüse dazu Vollkorn-Spiralnudeln	Gedünstetes Rotbarschfilet Natur in milder Sensauce mit Pariser Karotten und Kartoffeln + € 0,70	Champignons a la Creme mit grünen Nudeln	Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelkompott	Eisbeinfleisch auf Sauerkraut, dazu Kartoffelbrei mit Röstzwiebeln + € 0,75
<b>Samstag</b> 3.8.	Schweinerücken- braten in Bratensauce mit zartem Blumenkohl und Salzkartoffeln	Pikanter Linseneintopf mit Wiener Würstchen	Vegetarische Pastinakentaler auf Karottensauce mit Erbsenpüree	Gefüllte Rinderroulade Hausfrauen Art in Sauce mit Fingermöhrrchen dazu Salzkartoffeln + € 0,90		Bergische Waffel mit heißen Kirschen	Gebratenes Forellenfilet mit Zitronen-Kräutersoße, dazu Petersilienkartoffeln und Gurkensalat + € 2,45
<b>Sonntag</b> 4.8.	Gefüllte Hackfleischrolle in Rahmsauce mit herzhaftem Rüben Gemüse und Nudeln	Rindergulasch in Paprikasauce mit Kartoffeln	Käsemakkaroni mit Tomaten- Basilikumsauce	Hähnchensteaks mit Barbecuesauce, Reis und Krautsalat		Eierpfannkuchen mit gebratenem Apfel und Vanillesauce	Gebratenes Forellenfilet mit Zitronen-Kräutersoße, dazu Petersilienkartoffeln und Gurkensalat + € 2,45



5 0 J A H R E  
ESSEN  
AUF RÄDERN



DER PARITÄTISCHE

Änderungen vorbehalten.

**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