



Einfach lecker

DESSERT		KALTMENÜ
1,25 €		11,10 €
MO 21.09.	Quark Birnen Dessert ML	Hirtenrolle Hack vom Schwein mit Frischkäsefüllung, Specksalat und Garnitur S GL1 EI ML SL SO
DI 22.09.	Grießpudding GL1 ML	Hähnchenbrust dazu Kartoffelsalat mit Mayonnäse und Garnitur G EI ML SL SO
MI 23.09.	Pfirsichkompott	Nudelsalat 🐟 mit Mayonnäse, Räucherlachs und Garnitur F GL1 EI ML SL SF SO (3)
DO 24.09.	Vanille-Quark- Dessert ML	Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat in Mayonnäse und Garnitur S GL1 EI ML
FR 25.09.	Buttermilch- „Gartenfrucht“ ML	Bunter Kartoffelsalat mit Essig und Öl, Würstchenscheiben und Garnitur S GL1 EI ML SL SF

Ihr einfacher Weg zu leckeren Menüs

Kreuzen Sie einfach Ihre Wunschmenüs an und füllen Sie die unten stehenden Felder aus. Unsere freundlichen Mitarbeiter nehmen Ihre Bestellung gern persönlich entgegen. Selbstverständlich können Sie auch telefonisch oder per E-Mail bestellen. Wir wünschen Ihnen „Guten Appetit“!

Vorname: _____

Nachname: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

Telefon: _____

Marktbedingte Änderungen vorbehalten



Einfach delikater

SALATTeller	
11,10 €	
MO 21.09.	Salat „Palermo“ ☐ Eisbergsalat, Orangenspalten, Rohschinkenstreifen, dazu American-Dressing S EI ML SF SL
DI 22.09.	Salat „Princess“ ☐ Gemischter Salat mit Schinken-Spargel-Röllchen, dazu Honig-Senf dressing S EI ML SL SF
MI 23.09.	Salat „Fagioli“ ☐ Thunfisch, rote Zwiebeln, Kidneybohnen, dazu American-Dressing F EI ML SL SF
DO 24.09.	„Chefsalat“ ☐ Blattsalat, Käse, Ei, Kochschinkenstreifen, dazu French-Dressing S EI ML SL SF
FR 25.09.	Salat „Roma“ ☐ Eisberg- und Friseesalat, Mozzarella, Tomate, dazu Joghurt-Kräuter dressing EI ML SL SF

Zeichenerklärung:

- ★ = sehr beliebt
- 🌿 = vegetarisch
- 🐟 = Fischgericht

Zusatzstoffkennzeichnung

- 1 mit Farbstoff
- 2 mit Konservierungsstoff
- 3 mit Antioxidationsmittel
- 5 geschwefelt
- 6 geschwärzt
- 7 gewachst
- 8 mit Phosphat
- 9 mit Süßungsmittel/n
- 10 enthält eine Phenylalaninquelle
- 11 koffeinhaltig
- 60 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel/n

Allergenkennzeichnung

Glutenhaltiges Getreide (GL)

- GL1 Weizen
- GL2 Roggen
- GL3 Gerste
- GL4 Hafer
- GL5 Dinkel

Schalenfrüchte (NU)

- NU1 Mandeln
- NU2 Haselnüsse
- NU3 Walnüsse
- NU4 Cashewnüsse
- NU5 Pecannüsse
- NU6 Paranüsse
- NU7 Pistazien
- NU8 Macadamianüsse

Ei und Eierzeugnisse

- EI Eier und Eierzeugnisse

Erdnüsse

- EN Erdnüsse

Fisch

- FI Fisch

Krebstiere

- KR Krebstiere

Milch (Laktose)

- ML Milch (Laktose)

Sesamsamen

- SE Sesamsamen

Senf

- SF Senf

Sellerie

- SL Sellerie

Soja(bohnen)

- SO Soja(bohnen)

Schwefeldioxid und Sulphite

- SW Schwefeldioxid und Sulphite

Speisenkennzeichnung

- F Fisch

- G Geflügel

- L Lamm

- R Rind

- S Schwein

- W Wild

Bitte geben Sie Ihre Bestellung für die KW 39 bis Freitag, den 11.09.2026 ab.

Um- oder Abbestellungen sind werktags bis 10:00 Uhr des Vortages möglich.

Änderungswünsche für das Wochenende nehmen wir bis Donnerstag 13:00 Uhr entgegen!



Träger: Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit Braunschweig mbH

Saarbrückener Straße 255
38116 Braunschweig
Tel.: 0531 - 480 79 37
E-Mail: ear@paritaetischer-bs.de
www.paritaetischer-bs.de

Essen auf Rädern

Frisch gekocht zu Hause genießen!

Bestell-
Hotline

0531 -
480 79 37



Menükarte

KW 39 | 21.09. - 27.09.2026

Lecker und frisch
für Sie auf den Tisch!





Ihre Menüauswahl – Köstliches für Zuhause – Kulinarischer Genuss

	 STUDIERENDENWERK Ostniedersachsen MENSA 1	 STUDIERENDENWERK Ostniedersachsen MENSA 2	 STUDIERENDENWERK Ostniedersachsen MENSA 3	GOURMET	LEICHTE KOST	EINTOPF	VEGETARISCH	KLASSIKER
	11,50 €	11,50 €	11,50 €	13,85 €	11,50 €	10,85 €	11,80 €	12,20 €
MO 21.09.	Hähnchenbrustfilet ☐ In Knusperpanade mit Curry-Mangosauce, Romanesco, Reis, Cremepudding Bananengeschmack G GL GL1 ML (3)	Spaghetti ☐ mit Sojabolognese, dazu Bellagensalat, Cremepudding Banane GL GL1 EI ML SL SF SW SO (1,3)	Kartoffel-Lauchsuppe ☐ dazu ein Brötchen, Bellagensalat, Cremepudding Bananengeschmack GL1 GL3 EI ML SL SF SW (1,3)	Leberkäse ☐ vom Rind & Schwein mit kräftiger Bratensauce, dazu Sauerkraut und Stampfkartoffeln, Dessert S GL SF	Hähnchengulasch ☐ mit Rotkraut und Kartoffeln G GL1 SF (1)	Bunter Nudeleintopf ☐ mit Schweinefleisch und Gemüseeinlage, dazu Vanillepudding S GL1 ML SL	Pfannengemüse ☐ mit Reis, dazu Vanillepudding GL1 ML (1)	Gyrosplatte ☐ mit Reis, dazu Kräuterdip und Weißkrautsalat S GL1 GL3 ML
DI 22.09.	Hausgemachtes Schnitzel ☐ mit Champignonsauce, Sommergemüse und Kartoffeln, Kirschquarkspelse S GL GL1 EI ML SO (3)	Eierpfannkuchen ☐ mit Blaubeerfüllung und Vanillesauce, dazu Tomatensalat, Kirschquarkspelse GL GL1 EI ML (2)	Nasi Goreng ☐ dazu Tomatensalat, Kirschquarkspelse GL GL1 ML SO (2)	Rinderleber „Berliner Art“ ☐ mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln, Dessert R GL GL1 ML SL	Gehacktesstippe ☐ mit Kartoffelpüree, dazu Gewürzgurke S GL1 ML (1)	Steckrübeneintopf ☐ mit Kochfleisch und frischen Kräutern, dazu Obst S GL1 GL2 EI SL (1)	Gemüse-frikadelle ☐ mit Petersiliensauce und Kartoffeln, dazu Obst GL1 EI ML (1)	Geflügelbratwurst ☐ mit Rahmsauce, Sauerkraut und Salzkartoffeln G GL1 EI ML (1)
MI 23.09.	Frikadelle ☐ mit Balkansauce, Balkangemüse und Djuvecris, Schokopudding S R GL GL1 EI ML (60)	Kichererbsencurry ☐ mit Basmatireis, dazu Gurkensalat, Schokopudding ML	Gnocchipfanne ☐ mit buntem Gemüse, dazu Gurkensalat, Schokopudding GL GL1 ML SO (2)	Leberkäse ☐ vom Rind & Schwein mit kräftiger Bratensauce, dazu Sauerkraut und Stampfkartoffeln, Dessert S GL SF	Geflügelklößchen ☐ in Waldpilzsauce mit Bohnen und Kartoffeln G GL1 SF	Erseneintopf ☐ mit Würstchenscheiben, dazu eine Scheibe Brot S GL1 GL2 ML SL	Grießbrei ☐ mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus GL1 EI ML (2,3)	Cevapcici ☐ mit Bratensauce, Gemüsemix (Paprika, Mais, Karotten, Bohnen, Erbsen) und Salzkartoffeln R GL1 EI ML SL SF
DO 24.09.	Seelachs in Knusperpanade ☐ mit Remouladensauce, Kartoffel-Erbsen-Stampf, dazu Bellagensalat, Marmorkuchen GL1 GL4 EI ML SF SL SW (1,3,9)	Ungarische Gulaschsuppe ☐ dazu ein Brötchen, Marmorkuchen R GL GL1 GL3 EI ML (2)	Farfalle ☐ mit Brokkoli in Pilz-Trüffel-Sauce, dazu Bellagensalat, Marmorkuchen GL GL1 EI ML SL SF SW (1,3)	Rinderleber „Berliner Art“ ☐ mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln, Dessert R GL GL1 ML SL	Fischragout ☐ in einer Dillsauce mit Reis, dazu Krautsalat F GL1 ML (1,2,9)	Blumenkohlentopf ☐ mit Suppenfleischklößchen und Karotten- und Kartoffelwürfel S GL1 GL2 SL (1,2,3)	Kaisergemüse ☐ mit Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln, dazu Krautsalat EI ML (2,9)	Schweineschnitzel ☐ (paniert) mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln S GL1 EI ML
FR 25.09.	Gebackenes Schollenfilet ☐ mit Butterbohnen, Kartoffelsalat, dazu Remoulade, Kirschjoghurt GL GL1 EI ML SF (1,3,9)	Hühnerfrikassee „Frühlingsart“ ☐ mit Butterbohnen und Kartoffeln, dazu Bellagensalat, Kirschjoghurt G GL GL1 EI ML SF SL SW (1,3)	Hausgemachte Fusilli ☐ mit Tomatenpesto, dazu Rucolasalat, Kirschjoghurt GL GL1 EI ML NU SL SF SW (1,3)	Leberkäse ☐ vom Rind & Schwein mit kräftiger Bratensauce, dazu Sauerkraut und Stampfkartoffeln, Dessert S GL SF	Makkaroni ☐ mit Jagdwurstwürfel in Tomatensauce, dazu Obst S GL1 ML	Reiseintopf ☐ mit Geflügelklößchen und Gemüseeinlage, dazu Obst G GL1 (1)	Gemüse-schnitzel ☐ mit Kräutercremesauce und Salzkartoffeln, dazu Obst GL1 EI ML (1)	Sülze ☐ mit Remoulade, dazu Kartoffelspalten S GL1 SL SF (2,3,8)
SA 26.09.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und VEGETARISCH ☐	--->	--->	Klopse „Königsberger Art“ ☐ dazu Rote-Bete-Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert S GL1 EI ML SL	Geflügelbällchen ☐ mit Bratensauce, Erbsen-Möhrengemüse und Kartoffeln G GL1 ML	Nachtsch Pflaumenkompott ☐ 1,25 €	Kartoffel-Brokkoli-Auflauf ☐ GL1 ML	
SO 27.09.	Bitte bestellen Sie heute aus dem Angebot GOURMET, LEICHTE KOST, DESSERT und KLASSIKER ☐	--->	--->	Entenbrust ☐ (geschnitten) in Rotwein-Balsamicosauce, Fingermöhren, Kartoffelklöße, Dessert G GL GL1 EI ML SL	Matjesfilet ☐ mit einer Remouladensauce und Kartoffeln, dazu Rote Bete F GL1 EI SF (2,9)	Nachtsch Erdbeerquark ☐ ML 1,25 €		Minihaxe ☐ mit Bratensauce, Sauerkraut und Salzkartoffeln S GL1 EI ML SF SL

Auslieferungszuschlag
An Wochenenden und Feiertagen
1,50 € pro Menü

Kleiner gemischter Salat: 3,50 €
MO DI MI DO FR

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

(Nur in Verbindung mit einer Menübestellung)



Stück Kuchen: 3,50 €
MO DI MI DO FR SA SO

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

(Nur in Verbindung mit einer Menübestellung)



Wir garantieren Ihnen:

zuverlässige Anlieferung an 364 Tagen im Jahr: Heißauslieferung auch an Wochenenden und Feiertagen!
keine Vertragsbindung – keine Vorkasse – monatliche Abrechnung – flexible Bezahlmöglichkeiten



Haftungsausschluss: Die Angaben über Inhaltsstoffe der Speisen beruhen auf Informationen, die wir von Herstellern und Lieferanten erhalten. Aufgrund der Produktvielfalt der Hersteller und der gleichzeitigen Verarbeitung verschiedener Lebensmittel ist es möglich, dass es zu Kreuzkontaminationen kommt und Produkte Spuren von nicht aufgeführten Inhaltsstoffen enthalten. Die Angaben zu Allergenen beziehen sich auf rezeptgemäß verwendete Zutaten. Eine Haftung für die vollständige Aufzählung der aufgeführten Inhaltsstoffe wird ausgeschlossen.