

	Montag 5.5.2025	Dienstag 6.5.2025	Mittwoch 7.5.2025	Donnerstag 8.5.2025	Freitag 9.5.2025
	Suppe nach Angebot Energie 69,8 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 4,1 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,2 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €	Suppe nach Angebot Energie 69,8 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 4,1 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,2 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €	Suppe nach Angebot Energie 69,8 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 4,1 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,2 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €	Suppe nach Angebot Energie 69,8 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 4,1 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,2 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €	Suppe nach Angebot Energie 69,8 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 4,1 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,2 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	17, 31	17, 31	17, 31	17, 31	17, 31
	Asia Reispfanne mit Paprika, Karotten und Erbsen, Sojasoße mit Honig Energie 640,2 Fett 20,4 g gesättigte Fettsäuren 1,7 g KH 98,3 g Zucker gesamt 7,8 g Eiweiß 13,9 g Salz 4,5 g Preis 5,20 €	Leichter Kräuterquark, Kartoffeln gedämpft, Möhrenrohkost Energie 209,9 Fett 0,5 g gesättigte Fettsäuren 0,1 g KH 43,6 g Zucker gesamt 13,9 g Eiweiß 5,1 g Salz 2,2 g Preis 5,20 €	Spätzle, Röstgemüse, Frischkäse-Kräutersoße Energie 452,8 Fett 9,5 g gesättigte Fettsäuren 3,5 g KH 73,8 g Zucker gesamt 5,7 g Eiweiß 15,5 g Salz 1,7 g Preis 5,20 €	Feiertag Energie 0 Fett 0 gesättigte Fettsäuren 0 KH 0 Zucker gesamt 0 Eiweiß 0 Salz 0 Preis 3,60 €	Kartoffelsuppe mit Gemüse (Möhre, Sellerie, Lauch), Vollkornbrot Energie 161,5 Fett 3,5 g gesättigte Fettsäuren 0,3 g KH 26,8 g Zucker gesamt 1,4 g Eiweiß 4,9 g Salz 2,7 g Preis 5,20 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	GL, SO, SN, G WE 9, m, 28, 31	MI m, 28	a GL, EI, MI, SL, G WE m, 17		GL, SL, SM, G RO, G GE, G HA m
	Rote Linseneintopf mit Gemüse (Tomate/Sellerie/Möhre), Vollkornbrot Energie 254,4 Fett 5,1 g gesättigte Fettsäuren 0,4 g KH 39,2 g Zucker gesamt 2,8 g Eiweiß 11,8 g Salz 2,7 g Preis 5,35 €	Kartoffel-Kichererbsen-Pfanne mit Tomate und gedämpfter Parboiled Reis Energie 556,8 Fett 6,1 g gesättigte Fettsäuren 1,3 g KH 100,4 g Zucker gesamt 8,7 g Eiweiß 15,4 g Salz 1,5 g Preis 5,35 €	Pikante Kokosmilchsuppe mit Tofu, Weißkohl, Möhren Energie 611,2 Fett 23,5 g gesättigte Fettsäuren 11,5 g KH 14,1 g Zucker gesamt 11,9 g Eiweiß 11,7 g Salz 3 g Preis 5,35 €	Feiertag Energie 0 Fett 0 gesättigte Fettsäuren 0 KH 0 Zucker gesamt 0 Eiweiß 0 Salz 0 Preis 4,40 €	Vegane Linsenbolognese mit Sellerie, Karotte, Porree mit Spaghetti Energie 464,3 Fett 4,1 g gesättigte Fettsäuren 0,6 g KH 84,2 g Zucker gesamt 7,6 g Eiweiß 20 g Salz 2,4 g Preis 5,35 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	GL, SL, SM, G RO, G GE, G HA m, 17	GL, SL, SM, G RO, G GE, G HA m, 17, 28	SO 17, 28, 31		GL, SL, G WE m, 17, 31
	Schwein, Cordon Bleu mit brauner Soße, Erbsen-Karottengemüse, BIO-Kartoffeln Energie 672,1 Fett 17,1 g gesättigte Fettsäuren 9,1 g KH 59,1 g Zucker gesamt 6,4 g Eiweiß 43,4 g Salz 4,2 g Preis 5,45 €	Spiralnudeln, gebratener Kochschinken und Zwiebeln in Petersiliensoße Energie 593,2 Fett 9 g gesättigte Fettsäuren 1,8 g KH 129,2 g Zucker gesamt 1,1 g Eiweiß 29,8 g Salz 2,3 g Preis 5,45 €	Hühnergulasch mit Paprika, gedämpfter Parboiled Reis Energie 419,8 Fett 6,8 g gesättigte Fettsäuren 2,9 g KH 67,5 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 20,7 g Salz 2,5 g Preis 5,45 €	Fleischbällchen (Schwein), Tomatensoße, Spaghetti Energie 602,8 Fett 21,7 g gesättigte Fettsäuren 8,7 g KH 77,3 g Zucker gesamt 3,3 g Eiweiß 26,5 g Salz 2,9 g Preis 5,45 €	Rindfleischstreifen in Ingwer-Sojasoße, gedämpfter Parboiled Reis Energie 445,8 Fett 10,2 g gesättigte Fettsäuren 2,4 g KH 58,9 g Zucker gesamt 2,4 g Eiweiß 24,6 g Salz 1,9 g Preis 5,45 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen					
	Beelitzer Spargel, Hollandaise und Kartoffeln Energie 272,6 Fett 9 g gesättigte Fettsäuren 5,6 g KH 37,3 g Zucker gesamt 4,4 g Eiweiß 8,6 g Salz 1,2 g Preis 7,50 €	Hausgemachte Röstis, Bacon, Speckscheiben geröstet, Käse Cheddar Topping, Eisberg, Möhre, Mais Energie 392,7 Fett 18 g gesättigte Fettsäuren 11,4 g KH 39,7 g Zucker gesamt 5,2 g Eiweiß 15,6 g Salz 1,7 g Preis 6,50 €	Schweineschnitzel, Beelitzer Spargel, Hollandaise und Butter-Kartoffeln Energie 705,9 Fett 42,5 g gesättigte Fettsäuren 18,9 g KH 48,6 g Zucker gesamt 5,4 g Eiweiß 31 g Salz 3,4 g Preis 8,90 €	Feiertag Energie 0 Fett 0 gesättigte Fettsäuren 0 KH 0 Zucker gesamt 0 Eiweiß 0 Salz 0 Preis 0,00 €	Hähnchen Teriyaki, Wok-Gemüse (Chinakohl, Erbsenschote, Brokkoli), Duftreis Energie 622 Fett 21,7 g gesättigte Fettsäuren 4,9 g KH 76,9 g Zucker gesamt 13,2 g Eiweiß 29 g Natrium 29 g Preis 7,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	EI, MI 1, m	a, b, c, e, g EI, MI m, 19, 28	l GL, EI, MI, G WE 1, m, 19		b GL, SO, G WE m, 16, 17

Widynski & Roick GmbH
 c/o Schul- und Leistungssportzentrum Berlin
 Fritz-Lesch-Str. 35
 13053 Berlin
 Betriebsleiter: Stephan Tzschoppe
 Telefon: 030 / 97603265
 slzb@widynski-roick.de

Es ist unser Ziel, Ihnen eine qualitativ hochwertige Dienstleistung zu bieten. Wir nehmen Ihre Anregungen, Hinweise, Lob und Kritik gerne an. Senden Sie uns dazu eine E-Mail an: feedback@widynski-roick.de



* gilt nur für die mit „BIO“ gekennzeichneten Menükomponenten