

	Montag 30.11.2020	Dienstag 1.12.2020	Mittwoch 2.12.2020	Donnerstag 3.12.2020	Freitag 4.12.2020
	Suppe nach Angebot Energie 63 Fett 5,2 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 3,4 g Zucker gesamt 1,7 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,1 g Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 63 Fett 5,2 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 3,4 g Zucker gesamt 1,7 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,1 g Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 63 Fett 5,2 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 3,4 g Zucker gesamt 1,7 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,1 g Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 63 Fett 5,2 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 3,4 g Zucker gesamt 1,7 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,1 g Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 63 Fett 5,2 g gesättigte Fettsäuren 0,8 g KH 3,4 g Zucker gesamt 1,7 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,1 g Preis 1,20 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	17, 31	17, 31	17, 31	17, 31	17, 31
	Vegetarisches Chili sin Carne mit 1 Brötchen Energie 423,6 Fett 2,7 g gesättigte Fettsäuren 0,7 g KH 70,6 g Zucker gesamt 12,8 g Eiweiß 21,4 g Salz 3,3 g Preis 4,50 €	Karotteneintopf vegetarisch mit Mehrkornbrotscheibe Energie 501 Fett 31,2 g gesättigte Fettsäuren 2 g KH 44,2 g Zucker gesamt 8 g Eiweiß 8,8 g Salz 1,7 g Preis 4,50 €	Eierpfannkuchen mit Apfelmus Energie 786,7 Fett 18,4 g gesättigte Fettsäuren 4,6 g KH 129,4 g Zucker gesamt 47,1 g Eiweiß 21,6 g Salz 1,8 g Preis 4,50 €	Gabelspaghetti all arrabiata, dazu Blattsalatmix Energie 972,6 Fett 33,3 g gesättigte Fettsäuren 5,4 g KH 138,8 g Zucker gesamt 39,7 g Eiweiß 24,5 g Salz 9,4 g Preis 4,50 €	Linsen Gemüse Curry (vegetarisch) mit Bio Reis Energie 658,5 Fett 24,3 g gesättigte Fettsäuren 13,7 g KH 94,8 g Zucker gesamt 12,1 g Eiweiß 17,1 g Salz 2,9 g Preis 4,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	c, e, m GL, SO, SU 9, 31	m GL, MI, SM, G WE, G RO, G GE, G HA 28, 31	c, j GL, EI, MI, G WE	f, m GL, G WE 17	c, m SL 17, 28, 31
	Broccoli-Kartoffelgratin mit Frischkäse-Kräutersoße und Blattsalatmix Energie 633,9 Fett 39,4 g gesättigte Fettsäuren 18,6 g KH 39,5 g Zucker gesamt 17,1 g Eiweiß 28,4 g Salz 8,8 g Preis 5,50 €	Senfbraten vom Schwein mit Bratensoße, Maisgemüse, Böhmisches Knödel Energie 892 Fett 36,8 g gesättigte Fettsäuren 10,2 g KH 91,2 g Zucker gesamt 8,7 g Eiweiß 46,8 g Salz 6,3 g Preis 5,50 €	Vegan: Bio Linguine (flache Spaghetti) mit Ratatouille (Paprika, Aubergine, Zucchini), Reibekäse Energie 746,8 Fett 26 g gesättigte Fettsäuren 10,3 g KH 98,5 g Zucker gesamt 8,8 g Eiweiß 26,4 g Salz 5,3 g Preis 5,50 €	Paprikaschote mit Hackfleisch (Schwein) gefüllt, Tomatensoße, Vollkornreis Energie 852 Fett 35,3 g gesättigte Fettsäuren 13,8 g KH 93,9 g Zucker gesamt 18,2 g Eiweiß 37,8 g Salz 6,1 g Preis 5,50 €	BIO-Backkartoffeln mit Kräuterschmand, dazu Rohkost Energie 346,3 Fett 6 g gesättigte Fettsäuren 1,1 g KH 48,1 g Zucker gesamt 10,9 g Eiweiß 23,1 g Salz 8,9 g Preis 5,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	a, m GL, EI, MI, G WE 1, 17	a, c, e, k, m GL, EI, MI, SL, SN, SU, G WE 1, 17, 18, 28	m GL, MI, G WE 1, 17	m GL, EI, SN, G WE 17, 19, 22	m MI 1, 36
	Chili con Carne vom Schwein mit Vollkornreis Energie 677,3 Fett 39,9 g gesättigte Fettsäuren 18,8 g KH 84,6 g Zucker gesamt 5,3 g Eiweiß 43 g Salz 3,9 g Preis 6,00 €	Orientalisches Hähnchen mit Paprika-Tomatengemüse, dazu Bio Reis Energie 573 Fett 16,3 g gesättigte Fettsäuren 2,5 g KH 76,1 g Zucker gesamt 10,9 g Eiweiß 28,6 g Salz 6,4 g Preis 6,00 €	Rindfleischstreifen in Sauce nach Stroganoff Art mit Bio Nudeln Energie 756,9 Fett 19,4 g gesättigte Fettsäuren 5,6 g KH 100,7 g Zucker gesamt 3,8 g Eiweiß 41 g Salz 4,7 g Preis 6,00 €	Putenrollbraten mit Sauce, Gemüse der Saison und BIO Kartoffeln Energie 603,5 Fett 31,8 g gesättigte Fettsäuren 12,3 g KH 42,4 g Zucker gesamt 7,7 g Eiweiß 38,3 g Salz 7 g Preis 6,00 €	Wurstgulasch (Schwein) mit BIO-Nudeln Energie 861,3 Fett 49 g gesättigte Fettsäuren 11,8 g KH 69,9 g Zucker gesamt 11,1 g Eiweiß 33,7 g Salz 5,8 g Preis 6,00 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	0	0	0	0	0
	Aufgrund der aktuellen Situation rund um Corona und der Auflagen beim Ausgeben von Speisen Energie 0 Fett 0 g gesättigte Fettsäuren 0 g KH 0 g Zucker gesamt 0 g Eiweiß 0 g Salz 0 g Preis 0,00 €	keine Aktionslinie Energie 0 Fett 0 g gesättigte Fettsäuren 0 g KH 0 g Zucker gesamt 0 g Eiweiß 0 g Salz 0 g Preis 0,00 €	keine Aktionslinie Energie 0 Fett 0 g gesättigte Fettsäuren 0 g KH 0 g Zucker gesamt 0 g Eiweiß 0 g Salz 0 g Preis 0,00 €	keine Aktionslinie Energie 0 Fett 0 g gesättigte Fettsäuren 0 g KH 0 g Zucker gesamt 0 g Eiweiß 0 g Salz 0 g Preis 0,00 €	keine Aktionslinie Energie 0 Fett 0 g gesättigte Fettsäuren 0 g KH 0 g Zucker gesamt 0 g Eiweiß 0 g Salz 0 g Preis 0,00 €

Widynski & Roick GmbH
c/o Schul- und Leistungssportzentrum Berlin
Fritz-Lesch-Str. 35
13053 Berlin
Betriebsleiter: Herr Nimz
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