

	Montag 27.11.2023	Dienstag 28.11.2023	Mittwoch 29.11.2023	Donnerstag 30.11.2023	Freitag 1.12.2023
	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g Eiweiß 1,3 g KH 4 g Zucker 2,7 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g Eiweiß 1,3 g KH 4 g Zucker 2,7 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g Eiweiß 1,3 g KH 4 g Zucker 2,7 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g Eiweiß 1,3 g KH 4 g Zucker 2,7 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g Eiweiß 1,3 g KH 4 g Zucker 2,7 g Salz 2,5 g Preis 1,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	17, 31	17, 31	17, 31	17, 31	17, 31
	Nudelaufguss mit Brokkoli, Hirtenkäse und Paprikasoße Energie 715,7 Fett 28,7 g Eiweiß 15,2 g KH 74 g Zucker 7,6 g Eiweiß 38,8 g Salz 2,5 g Preis 4,80 €	Eierpfannkuchen mit Apfelmus Energie 524,3 Fett 11 g Eiweiß 3,2 g KH 86,7 g Zucker 13,5 g Eiweiß 16,4 g Salz 1,4 g Preis 4,80 €	Bio-Kartoffelsuppe mit Bio Gemüse(Erbse, Karotte, Sellerie, Bohne) Roggenvollkornbrot Energie 230,8 Fett 5,1 g Eiweiß 0,4 g KH 38 g Zucker 1,9 g Eiweiß 6,9 g Salz 4 g Preis 4,80 €	Gnocchi mit Butter und Kräutern, Gemüsesoße und Rohkostsalat Energie 618,6 Fett 8,5 g Eiweiß 5 g KH 99,8 g Zucker 4,5 g Eiweiß 10,3 g Salz 4,6 g Preis 4,80 €	Vegetarisches Chili sin Carne dazu ein Brötchen Energie 459,9 Fett 3,8 g Eiweiß 0,7 g KH 74,1 g Zucker 15,2 g Eiweiß 27,6 g Salz 4,2 g Preis 4,80 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	a, b, k, m GL, EI, MI, SN, G WE 1, 9, 31	c GL, EI, MI, G WE	m GL, SM, G RO, G GE, G HA	m GL, EI, MI, G WE 9, 28, 31	e, m GL, SO, SU, G WE 9, 31
	BIO-Soja alla Stroganoff mit rote Bete, Champignons und Langkornreis gedämpft Energie 482,2 Fett 7,5 g Eiweiß 0,9 g KH 60 g Zucker 9,5 g Eiweiß 41,9 g Salz 2,4 g Preis 5,50 €	BIO-Gemüsereis (BIO-Erbse, BIO Karotte, BIO Sellerie), Schnittlauchsoße Energie 314,3 Fett 4,2 g Eiweiß 0,4 g KH 102,4 g Zucker 3,4 g Eiweiß 7,9 g Salz 2 g Preis 5,50 €	Blumenkohl-Curry, Gedämpfter BIO-Parboiled Reis, Rosinen-Mandel-Topping Energie 528,7 Fett 13,3 g Eiweiß 1,7 g KH 86 g Zucker 15 g Eiweiß 12,6 g Salz 4,7 g Preis 5,50 €	BIO- Vollkorn- Spiralnudeln, Tomatensoße mit Zuccinigemüse, BIO-Reibekäse, Kirschtomaten Energie 422,8 Fett 15,2 g Eiweiß 7,7 g KH 48 g Zucker 4,6 g Eiweiß 22 g Salz 1,8 g Preis 5,50 €	Spaghetti Bolognese (pflanzlich) Energie 442,5 Fett 2,1 g Eiweiß 0,3 g KH 86,5 g Zucker 6 g Eiweiß 16,2 g Salz 1,1 g Preis 5,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	j, m SO	m SL	m SF, SN, S MA 9, 31	m GL, MI, G WE 1	m GL, SL, G WE 17
	Geflügelbratwurst, Braune Sauce vegan, Bio Möhren, Bio Kartoffeln Energie 506,5 Fett 27,7 g Eiweiß 9,4 g KH 42,9 g Zucker 7,5 g Eiweiß 19,9 g Salz 5,6 g Preis 6,00 €	Wildlachwürfel und Zucchini in Tomatensoße, BIO-Nudeln Energie 358,9 Fett 6,1 g Eiweiß 0,8 g KH 51,1 g Zucker 3,8 g Eiweiß 22,2 g Salz 3,9 g Preis 6,00 €	Paprika- Schweinegulasch, Spätzle Energie 552,2 Fett 17,4 g Eiweiß 3,7 g KH 64,8 g Zucker 2,5 g Eiweiß 31,4 g Salz 4,3 g Preis 6,00 €	Boulette, Braune Soße, Erbsen, BIO-Kartoffeln Energie 658,3 Fett 31 g Eiweiß 11,9 g KH 64,3 g Zucker 5,8 g Eiweiß 28,4 g Salz 5,2 g Preis 6,00 €	BIO- Vollkorn- Spiralnudeln, Hühnergulasch mit Paprika Energie 467,8 Fett 7,2 g Eiweiß 1,5 g KH 70,8 g Zucker 3,5 g Eiweiß 28,4 g Salz 3,1 g Preis 6,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	b, c, m GL, SL, G WE 19	a, b, c, m MI, SU 9, 17, 19, 31	b, m GL, SO, SN, G WE 9, 31	a, c, e, m GL, SO, SF, SN, SU, G GE, S WA 31	b, c, e, m SL, SN, SU 9, 15, 31
	Kohlroulade mit Kümmelsoße, Ofengemüse, Salzkartoffeln und Speck Energie 572,9 Fett 29,8 g Eiweiß 10,7 g KH 50,6 g Zucker 7 g Eiweiß 22 g Salz 3,5 g Preis 6,80 €	Schweinstreifen in Rahmchampignons, Kartoffelklößen mit Petersilie Energie 582,8 Fett 24,7 g Eiweiß 10,4 g KH 54,6 g Zucker 5,4 g Eiweiß 35,9 g Salz 3,9 g Preis 6,50 €	Bandnudeln mit Shitake-Ingwersoße, Bratgemüse und Sojasprossen-Koriandersalat Energie 610,8 Fett 11,2 g Eiweiß 1,1 g KH 106 g Zucker 24,7 g Eiweiß 18,5 g Salz 1,8 g Preis 6,80 €	Gebackener Kürbis auf Graupenrisotto mit Walnüssen und Birne und veganer Mayonaise Energie 697,3 Fett 46,5 g Eiweiß 4,9 g KH 57,8 g Zucker 11,7 g Eiweiß 10,7 g Salz 4,8 g Preis 6,00 €	Geschmorte Gänsebrust mit Apfelrotkohl und Klöße halb und halb Energie 1058,1 Fett 81,5 g Eiweiß 22,8 g KH 39,8 g Zucker 11,1 g Eiweiß 41,2 g Natrium 41,2 g Preis 11,50 €

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