

	Montag 4.10.2021	Dienstag 5.10.2021	Mittwoch 6.10.2021	Donnerstag 7.10.2021	Freitag 8.10.2021
	Suppe nach Angebot Energie 70,2 Fett 5,4 g gesättigte Fettsäuren 50 µg KH 0,9 g Zucker gesamt 4,7 g Eiweiß 2,9 g Salz 490,2 mg Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 70,2 Fett 5,4 g gesättigte Fettsäuren 50 µg KH 0,9 g Zucker gesamt 4,7 g Eiweiß 2,9 g Salz 490,2 mg Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 70,2 Fett 5,4 g gesättigte Fettsäuren 50 µg KH 0,9 g Zucker gesamt 4,7 g Eiweiß 2,9 g Salz 490,2 mg Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 70,2 Fett 5,4 g gesättigte Fettsäuren 50 µg KH 0,9 g Zucker gesamt 4,7 g Eiweiß 2,9 g Salz 490,2 mg Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 70,2 Fett 5,4 g gesättigte Fettsäuren 50 µg KH 0,9 g Zucker gesamt 4,7 g Eiweiß 2,9 g Salz 490,2 mg Preis 1,20 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	17, 31	17, 31	17, 31	17, 31	17, 31
	Bio-Reispfanne(vegan) mit BIO-Tofu und Bio-Gemüse, dazu Paprikarahmsoße Energie 587,2 Fett 17 g gesättigte Fettsäuren 700 µg KH 1,8 g Zucker gesamt 76,4 g Eiweiß 20,9 g Salz 9,1 g Preis 4,50 €	Hefeklöße mit Kirschlorbeer Energie 886,1 Fett 19,5 g gesättigte Fettsäuren 49,4 mg KH 8,4 g Zucker gesamt 154,7 g Eiweiß 46,8 g Salz 2,6 g Preis 4,50 €	Gemüsebratling mit Bio-Tomatensoße, Bio-Kartoffeln und Bohnensalat Energie 674,6 Fett 27,7 g gesättigte Fettsäuren 58,5 mg KH 8,5 g Zucker gesamt 81,3 g Eiweiß 32,2 g Salz 6,5 g Preis 4,50 €	BIO Pasta pomodora e spinaci (BIO Nudeln mit Blattspinat und Tomaten), BIO-Tomatensoße, dazu BIO-Reibekäse und Tagessalat Energie 732,9 Fett 39,3 g gesättigte Fettsäuren 9,1 mg KH 6,7 g Zucker gesamt 62,8 g Eiweiß 18,4 g Salz 6,4 g Preis 4,50 €	Vegane Linsenbolognese, Bio-VollkornSpaghetti Energie 614 Fett 7,7 g gesättigte Fettsäuren 8 µg KH 1 g Zucker gesamt 106,2 g Eiweiß 20 g Salz 3,2 g Preis 4,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	b, c, j, k, m SO, MI, SN 17, 36	a, c, e, j, k, m GL, EI, MI, SN, SU, G WE 1, 17	a, c, e, m GL, EI, MI, SU, G WE	c, e, m GL, MI, SU, G WE 1, 17	m GL, SL, G WE 17
	Hühnerfrikassee mit Bio-Möhren und Bio-Reis dazu Salatbeilage Energie 1209,4 Fett 64,2 g gesättigte Fettsäuren 64,4 mg KH 11,9 g Zucker gesamt 117,6 g Eiweiß 39,1 g Salz 6 g Preis 5,50 €	Schichtkohl, Weißkohl mit Schweinehack, BIO Kartoffeln Energie 536,7 Fett 28,8 g gesättigte Fettsäuren 64,4 mg KH 10,2 g Zucker gesamt 43,2 g Eiweiß 11,8 g Salz 5,1 g Preis 5,50 €	Bio-Couscousgemüsepfanne mit Wildgulasch Energie 676,8 Fett 25,8 g gesättigte Fettsäuren 53,9 mg KH 6,3 g Zucker gesamt 74,3 g Eiweiß 32,5 g Salz 9,1 g Preis 5,50 €	Bio-Kaisergemüse Schnittlauchsoße BIO-Kartoffeln BIO-Gurkensalat mit Dill Energie 264,9 Fett 7,6 g gesättigte Fettsäuren 5,8 mg KH 2,8 g Zucker gesamt 39,3 g Eiweiß 1,4 g Salz 373,1 mg Preis 5,50 €	Rindergulasch, Bio-Kaisergemüse und Semmelknödel Energie 954,5 Fett 39 g gesättigte Fettsäuren 113,5 mg KH 8,8 g Zucker gesamt 109,3 g Eiweiß 89,7 g Salz 13,8 g Preis 5,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	a, c, e, m MI, SN, SU 31	m 9, 17, 18, 19, 31	m GL, MI, SL, SN, SU, G WE 13, 18, 19, 28, 31	a, m 31	a, m GL, EI, MI, G WE 9, 17, 18, 31
	Bratwurst (Schwein) mit brauner Soße, Sauerkraut, Bio Kartoffeln Energie 1043,7 Fett 69,9 g gesättigte Fettsäuren 113,9 mg KH 29,5 g Zucker gesamt 65,2 g Eiweiß 27,7 g Salz 8,7 g Preis 6,00 €	Paniertes Seelachsfilet, Zitronensoße mit Julienne Gemüse, BIO-Petersilienkartoffeln Energie 662,3 Fett 12,9 g gesättigte Fettsäuren 101,8 mg KH 3,6 g Zucker gesamt 100 g Eiweiß 39,1 g Salz 3,9 g Preis 6,00 €	Gebackene Fleischklopse (Schweinehackfleisch), Bio-Tomaten-Kräutersoße, BIO-Nudeln Energie 810,5 Fett 24,6 g gesättigte Fettsäuren 91 mg KH 6,1 g Zucker gesamt 99,1 g Eiweiß 30,4 g Salz 5,4 g Preis 6,00 €	Schweineschnitzel mit brauner Soße, Bio Mais, BIO-Kartoffeln Energie 579,8 Fett 26,9 g gesättigte Fettsäuren 100,6 mg KH 6,3 g Zucker gesamt 50,3 g Eiweiß 6,7 g Salz 9,6 g Preis 6,00 €	Frikadelle (Schwein) mit Bio-Erbsen, Soße und Bio-Kartoffeln Energie 934,3 Fett 49,6 g gesättigte Fettsäuren 117,9 mg KH 14,5 g Zucker gesamt 90,9 g Eiweiß 31,9 g Salz 6,5 g Preis 6,00 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen					
	Aufgrund der aktuellen Situation rund um Corona und der Auflagen beim Ausgeben von Speisen Energie 0 Fett 0 gesättigte Fettsäuren 0 KH 0 Zucker gesamt 0 Eiweiß 0 Salz 0 Preis 0,00 €	Situation rund um Corona und der Auflagen beim Ausgeben von Speisen Energie 0 Fett 0 gesättigte Fettsäuren 0 KH 0 Zucker gesamt 0 Eiweiß 0 Salz 0 Preis 0,00 €	Corona und der Auflagen beim Ausgeben von Speisen Energie 0 Fett 0 gesättigte Fettsäuren 0 KH 0 Zucker gesamt 0 Eiweiß 0 Salz 0 Preis 0,00 €	keine Aktionslinie Energie 0 Fett 0 gesättigte Fettsäuren 0 KH 0 Zucker gesamt 0 Eiweiß 0 Salz 0 Preis 0,00 €	keine Aktionslinie Energie 0 Fett 0 gesättigte Fettsäuren 0 KH 0 Zucker gesamt 0 Eiweiß 0 Salz 0 Preis 0,00 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen					

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