

	Montag 5.12.2022	Dienstag 6.12.2022	Mittwoch 7.12.2022	Donnerstag 8.12.2022	Freitag 9.12.2022
	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäure 0,8 g KH 4 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,3 g Salz 2,5 g Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäure 0,8 g KH 4 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,3 g Salz 2,5 g Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäure 0,8 g KH 4 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,3 g Salz 2,5 g Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäure 0,8 g KH 4 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,3 g Salz 2,5 g Preis 1,20 €	Suppe nach Angebot Energie 69,7 Fett 5,5 g gesättigte Fettsäure 0,8 g KH 4 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 1,3 g Salz 2,5 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 404,1 Fett 3,7 g gesättigte Fettsäure 0,7 g KH 65,6 g Zucker gesamt 10,8 g Eiweiß 22 g Salz 3,4 g Preis 4,50 €	Bio-Karotteneintopf (pflanzlich) mit Mehrkornbrotscheibe Energie 480,3 Fett 29,5 g gesättigte Fettsäure 1,9 g KH 42,3 g Zucker gesamt 6,9 g Eiweiß 9,1 g Salz 2,9 g Preis 4,50 €	Eierpfannkuchen mit Bio-Apfelmus Energie 688,5 Fett 14,3 g gesättigte Fettsäure 4,2 g KH 102,3 g Zucker gesamt 33,3 g Eiweiß 21,8 g Salz 1,9 g Preis 4,50 €	Gabelspaghetti mit Arrabiatasauce (Olive), dazu Blattsalatmix Energie 995,2 Fett 34 g gesättigte Fettsäure 5 g KH 141,4 g Zucker gesamt 40,2 g Eiweiß 25,2 g Salz 10,4 g Preis 4,50 €	BIO-Backkartoffeln mit Kräuterschmand, dazu Rohkost Energie 479,4 Fett 20,9 g gesättigte Fettsäure 5,4 g KH 45,9 g Zucker gesamt 8,9 g Eiweiß 24,3 g Salz 3,3 g Preis 4,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	e, m GL, SO, SU, G WE 9, 31	m GL, MI, SM, G WE, G RO, G GE, G HA 28, 31	GL, EI, MI, G WE	m GL, G WE 17	m MI
	Szegediner Gulasch(pflanzlich) mit Sojafleisch und Spätzle Energie 0 Fett gesättigte Fettsäure KH Zucker gesamt Eiweiß Salz Preis 5,50 €	BIO Linguine (pflanzlich) mit Pesto und Gemüsestroh Energie 662,8 Fett 23,1 g gesättigte Fettsäure 2,7 g KH 92,4 g Zucker gesamt 5,9 g Eiweiß 19,3 g Salz 2,6 g Preis 5,50 €	Gyros(pflanzlich) mit Tzaziki im Pitabrot Energie 0 Fett gesättigte Fettsäure KH Zucker gesamt Eiweiß Salz Preis 5,50 €	Linteneintopf(pflanzlich) mit Spätzle Energie 0 Fett gesättigte Fettsäure KH Zucker gesamt Eiweiß Salz Preis 5,50 €	Spaghetti Bolognese (pflanzlich) Energie 0 Fett gesättigte Fettsäure KH Zucker gesamt Eiweiß Salz Preis 5,50 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen		b, m GL, EI, MI, SF, SL, G WE, S CA 1, 17, 28			
	Senfbraten vom Schwein mit Bratensoße, Bio-Maisgemüse, Böhmisches Knödel Energie 915,7 Fett 37,4 g gesättigte Fettsäure 11,3 g KH 97,5 g Zucker gesamt 60,6 g Eiweiß 44,6 g Salz 5,6 g Preis 6,00 €	Chili con Carne vom Schwein mit Bio-Vollkornreis Energie 891,8 Fett 41,3 g gesättigte Fettsäure 16,9 g KH 83,7 g Zucker gesamt 5,6 g Eiweiß 45,6 g Salz 2,6 g Preis 6,00 €	Rindfleischstreifen in Sauce nach Stroganoff Art mit Bio-Reis Energie 567,1 Fett 15,5 g gesättigte Fettsäure 5,4 g KH 74,5 g Zucker gesamt 5,5 g Eiweiß 29,3 g Salz 3,5 g Preis 6,00 €	Orientalisches Hähnchen mit Paprika-Tomatengemüse, dazu Bio Reis Energie 555,2 Fett 15,5 g gesättigte Fettsäure 2,3 g KH 69,9 g Zucker gesamt 5,2 g Eiweiß 32,3 g Salz 2,5 g Preis 6,00 €	Wurstgulasch(Schwein) mit BIO-Nudeln Energie 908,3 Fett 53,3 g gesättigte Fettsäure 14,1 g KH 72,8 g Zucker gesamt 15,1 g Eiweiß 33,3 g Salz 6 g Preis 6,00 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen					
	Süßkartoffel-Gemüse Auflauf mit Mozzarella überbacken an Kräuter-Tomatensoße Energie 653,3 Fett 32,6 g gesättigte Fettsäure 11 g KH 68 g Zucker gesamt 20,2 g Eiweiß 20,1 g Salz 2,6 g Preis 4,90 €	gekochtes Eisbein, Sauerkraut, Petersilienkartoffeln Energie 1238,5 Fett 76,9 g gesättigte Fettsäure 28,1 g KH 37,5 g Zucker gesamt 6,2 g Eiweiß 96,3 g Salz 5,4 g Preis 5,00 €	Seelachsfilet unter der Kräuterkruste dazu Oliventapenade, Salat und Gemüsereis Energie 1007,7 Fett 42,9 g gesättigte Fettsäure 6,5 g KH 114,7 g Zucker gesamt 7,1 g Eiweiß 38,1 g Salz 5,1 g Preis 5,20 €	Eisbeinsülze, Remoulade, Bratkartoffeln Energie 712,7 Fett 55,1 g gesättigte Fettsäure 8,2 g KH 30,9 g Zucker gesamt 6,6 g Eiweiß 22,8 g Salz 3,2 g Preis 5,00 €	Vegetarische Maultaschen mit Spinat-Gorgonzola Sauce und Wildkräutersalat Energie 598,6 Fett 20,5 g gesättigte Fettsäure 8,1 g KH 79,1 g Zucker gesamt 12,1 g Eiweiß 22,7 g Natrium 22,7 g Preis 5,00 €
Zusatzstoffe Allergene Informationen	a, m EN, MI, SF, S CA 17, 31	b, c, m 9, 31	f, k, m GL, FI, MI, SF, SN, G WE 1, 4	a, b, c, j, m EI, SL, SN 19	c, e, m GL, EI, MI, SL, SU, G WE

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