

	Montag 21.06.2021	Dienstag 22.06.2021	Mittwoch 23.06.2021	Donnerstag 24.06.2021	Freitag 25.06.2021
Tagessuppe	Spargelcremesuppe mit knusprigen Croutons Energie 244,3 Fett 17,7 g gesättigte Fettsäure 7,7 g KH 17 g Zucker gesamt 5,2 g Eiweiß 5 g Salz 1,1 g Preis 2,50 €	Rinderbrühe mit Ackergeräten, Flädle & schnittfrischen Kräutern Energie 180,6 Fett 13 g gesättigte Fettsäure 5,8 g KH 5,3 g Zucker gesamt 0,8 g Eiweiß 10,7 g Salz 1,6 g Preis 2,50 €	Kohlrabisuppe mit gerösteten Mehrkornbrot-Croutons Energie 75,8 Fett 2,7 g gesättigte Fettsäure 0,2 g KH 9,9 g Zucker gesamt 3 g Eiweiß 2,6 g Salz 1,3 g Preis 2,50 €	Getrüffelte Blumenkohl-Creme-Suppe Energie 89,2 Fett 5,1 g gesättigte Fettsäure 2,8 g KH 2 g Zucker gesamt 1 g Eiweiß 1,4 g Salz 0,4 g Preis 3,20 €	Geflügelcremesuppe mit Kaiserschoten Energie 222,1 Fett 14,7 g gesättigte Fettsäure 4,7 g KH 11,4 g Zucker gesamt 1,4 g Eiweiß 10,5 g Salz 2,6 g Preis 2,50 €
Zusatzstoffe	m	m	m	m	a, m
Allergene	GL, EI, SO, MI, G WE	GL, EI, MI, SL, G WE	GL, SL	MI	GL, MI, G WE
Informationen	1	18, 28, 29	28	1, 31	16
Essen I	Römersalat mit Caesardressing, gekochten Eiern, roten Zwiebeln & Croutons Energie 660,9 Fett 56 g gesättigte Fettsäure 20,3 g KH 21,3 g Zucker gesamt 2,7 g Eiweiß 17,8 g Salz 3,8 g Preis 7,50 €	Spitzkohl-Kartoffel-Curry mit Mango & Koriander Energie 313,6 Fett 11,7 g gesättigte Fettsäure 9,1 g KH 41 g Zucker gesamt 7,7 g Eiweiß 8,6 g Salz 0,2 g Preis 4,90 €	Protein vs. Vitamin Bowl mit Skyr, frischen Erdbeeren, Ananas, Melone, Trauben, Walnuss & Minz-Pesto Energie 362,6 Fett 15,9 g gesättigte Fettsäure 2,1 g KH 23,5 g Zucker gesamt 22,6 g Eiweiß 31,8 g Salz 2,2 g Preis 5,80 €	Hühnerrudelpot mit Wurzelgemüse & schnittfrischen Kräutern Energie 789,2 Fett 6,5 g gesättigte Fettsäure 0,5 g KH 17,4 g Zucker gesamt 0,7 g Eiweiß 16,6 g Salz 1,3 g Preis 4,90 €	Chili con carne mit Truthahnfleisch, Nachos und Kräuter-Schmand Energie 502,2 Fett 17,8 g gesättigte Fettsäure 8,2 g KH 50 g Zucker gesamt 8,6 g Eiweiß 34,6 g Salz 3,1 g Preis 4,90 €
Zusatzstoffe	a, c, e, j, k, m	m	m	m	b, k, m
Allergene	GL, EI, SO, MI, SN, SU	SN	SO, MI, SF, S WA	GL, SL, G WE	MI, SL, SN
Informationen	1, 17	31	1	16, 28, 29	1, 16, 28
Essen II	Pochierte Eier, Trüffel-Nage, sautierter junger Spinat & Süßkartoffel-Pommes Energie 384,5 Fett 20,1 g gesättigte Fettsäure 5,4 g KH 40 g Zucker gesamt 11,5 g Eiweiß 11,8 g Salz 1,1 g Preis 7,50 €	Beelitzer Stangenspargel mit Sauce Hollandaise, gedämpften Kartoffeln & schnittfrischen Kräutern Energie 262,6 Fett 6,7 g gesättigte Fettsäure 3,2 g KH 37,1 g Zucker gesamt 11,4 g Eiweiß 11,9 g Salz 4,1 g Preis 7,50 €	BIO-Linguine mit Basilikumpesto, confierten Tomaten & Grana Padano Energie 808,2 Fett 25,1 g gesättigte Fettsäure 6,2 g KH 115,4 g Zucker gesamt 4,7 g Eiweiß 28,4 g Salz 1,9 g Preis 7,00 €	Beelitzer Spargelsalat mit geröstetem Brot, roten Zwiebel und Kopfsalat Energie 447,9 Fett 12,7 g gesättigte Fettsäure 1,8 g KH 65,9 g Zucker gesamt 13,8 g Eiweiß 15,7 g Salz 2,4 g Preis 7,50 €	Blattspinat, geschmorte Tomaten & Ricotta im Eierkuchen mit Sauce Chorron & frischem Kerbel Energie 583,1 Fett 27,8 g gesättigte Fettsäure 8,4 g KH 56,8 g Zucker gesamt 17,2 g Eiweiß 22,5 g Salz 3,3 g Preis 6,90 €
Zusatzstoffe	a, e, m	m	b, m	c, e, m	c, e, m
Allergene	EI, MI, SL, SU	EI, MI, SL	GL, EI, MI, SF, G WE, S CA	GL, EI, SO, MI, SU	GL, EI, MI, SL, SN, SU, G WE
Informationen	9, 28, 31	1	1, 17	17	1, 9, 13, 17, 31
Aktion I	Wandels Currywurst & Pommes frites Energie 986,4 Fett 79,9 g gesättigte Fettsäure 33,8 g KH 40,3 g Zucker gesamt 2,3 g Eiweiß 25,6 g Salz 4,1 g Preis 5,20 €	Hacksteak, Butter-Erbesen, Vichy-Möhrrchen & Kartoffel-Wedges Energie 802,4 Fett 52,5 g gesättigte Fettsäure 21,4 g KH 71,1 g Zucker gesamt 10,2 g Eiweiß 35,4 g Salz 3,3 g Preis 6,90 €	Schnitzel "Wiener Art" vom Schweinerücken mit Kartoffel-Gurken-Salat & BIO-Zitrone Energie 683,8 Fett 36,7 g gesättigte Fettsäure 4,7 g KH 52,6 g Zucker gesamt 4,2 g Eiweiß 32,9 g Salz 4 g Preis 7,10 €	Königsberger Klopse mit Kartoffelstampf, Chips von Roter Bete, Stielkapern & Shisokresse Energie 723,3 Fett 45,7 g gesättigte Fettsäure 19,1 g KH 45,6 g Zucker gesamt 3,2 g Eiweiß 31,7 g Salz 4,3 g Preis 7,10 €	Knuspriges Seelachsfilet mit gebackenen Kartoffelscheiben & Remouladensauce Energie 560 Fett 28,5 g gesättigte Fettsäure 12,2 g KH 49 g Zucker gesamt 1,6 g Eiweiß 24,8 g Natrium 24,8 g Preis 6,90 €
Zusatzstoffe	a, c, d, g, k, m	a, m	c, e, l, m	a, c, e, m	a, c, j, k, m
Allergene	SF, SL	GL, EI, SN, G WE	GL, EI, SN, SU, G WE	GL, EI, MI, SN, SU, G WE	GL, EI, FI, MI, SN, G WE
Informationen	1, 4, 19, 21	18, 28, 31	19	31	1
Ramen & Bowls	Green Bowl mit Avocado, Spinat, Edelbohnenkerne, Schoten, Gurken, Roggen & Petersilien-Limetten-Vinaigrette Energie 982,5 Fett 15,4 g gesättigte Fettsäure 3 g KH 171,5 g Zucker gesamt 4,6 g Eiweiß 30,5 g Salz 22,9 g Preis 7,50 €	Chicken Bowl mit Honigmelone, Blattsalatmix, Mango-Koriander-Chilli-Dressing, Sesam-Hähnchen, Roggen & schwarzen Bohnen Energie 1402,2 Fett 98,4 g gesättigte Fettsäure 23,9 g KH 99,7 g Zucker gesamt 62,5 g Eiweiß 27,1 g Salz 6,8 g Preis 7,50 €	Red-Bowl mit rotem Babymangold, Bete-Sesamdressing, Granatapfelkerne, Hirtenkäse, Sprossen und Linsen Energie 382,7 Fett 7,4 g gesättigte Fettsäure 3,9 g KH 45,4 g Zucker gesamt 3,3 g Eiweiß 28,8 g Salz 1,3 g Preis 7,50 €	Mediterrane Bowl mit Meersalzkartoffeln, Mojo Rojo, Ziegenfrischkäse, gegrillte Paprika, Oliven, Ofentomate & Ölrauche Energie 549,6 Fett 46,3 g gesättigte Fettsäure 10,1 g KH 22,1 g Zucker gesamt 5,9 g Eiweiß 9,8 g Salz 15,6 g Preis 7,50 €	Oriental Bowl mit Humus, Thunfisch-Sesamcreme, Röstzwiebel, Pinienkerne, Chiffonade vom Eisbergsalat & geröstetes Energie 1202,6 Fett 64,8 g gesättigte Fettsäure 11,8 g KH 133,2 g Zucker gesamt 1 g Eiweiß 42 g Salz 7,2 g Preis 7,50 €
Zusatzstoffe	m	b, m	m	b, f, m	a, c, j, k, m
Allergene	GL, G RO	GL, SM, G RO	MI	MI	GL, EI, FI, SN, SM, G WE
Informationen		16	1		1, 14

Restaurant Wandel Berlin Mitte
Bernhard-Weiß-Straße 6
10178 Berlin



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

Besuchen Sie unser neues Portal!
Hier finden Sie alle Informationen zu unseren Angeboten und Aktionen. Scannen Sie einfach den QR-Code mit Ihrem Handy.

