












# Speiseplan

KW 02, 05.01.2026 - 11.01.2026

Standard

Werkstatt für Genuß  
Lebenshilfe Worms  
Kurfürstenstraße 1-3  
67549 Worms  
Telefon 06241 / 20 38 210  
kueche@lebenshilfe-worms.de



Montag 05.01.2026	Dienstag 06.01.2026	Mittwoch 07.01.2026	Donnerstag 08.01.2026	Freitag 09.01.2026
<b>BIO Tortellini</b> vegetarisch Tomatensoße Bohnensalat Apfel Bio  a, a1, d, e	<b>Fischfrikadelle</b> Gemüse Bio CousCous Currydipp Birne Bio  1, a, a1, b, d, e, i, l	<b>Hähnchennuggets</b> Tomatendipp Kartoffeln BIO (gebacken) Banane Bio  1, a, a1, b, d, e, l	<b>Kartoffelsuppe Bio</b> Brötchen Wiener vegan Schokopudding Bio  a, a1, d, e	<b>Hühnerfrikassee</b> Reis Bio Mandarinen  b, d, e
	<b>veganer Backfisch</b> Gemüse Bio CousCous Currydipp vegan Birne Bio  e, j	<b>Vegane Nuggets</b> Tomatendipp vegan Kartoffeln BIO (gebacken) Banane Bio  1, a, a1, b, d, e, l	<b>Kartoffelsuppe Bio</b> Brötchen Wiener vegan Fruchtpüree Pfirsich Maracuja  16, a, a1, e	<b>Gemüsefrikassee</b> vegan Reis Bio Mandarinen  e, j
	<b>Schonkost</b>  1, a, a1, b, d, e, i, j, l	<b>Schonkost</b>  1, 16, a, a1, b, d, e, l		



DE-Öko-039

Unsere liebevoll gekochten Speisen werden vorwiegend mit Zutaten aus der Region hergestellt.

Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 1=Farbstoff, 16=Ascorbinsäure, a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 05.01.2026 - 11.01.2026

1=Farbstoff, 2=Konservierungsmittel, 3=Antioxidationsmittel, 4=Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst, 8=Phosphat, 9=Süßungsmittel, 10=Phenylalaninquelle, 11=verzehrabführend, 12=gentechnisch verändert, 13=Stabilisator, 14=Emulgator, 15=Säuerungsmittel, 16=Ascorbinsäure, 17=Nitritpökelsalz, a=Glutenhaltiges Getreide, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, g=Lupine, h=Krebstiere, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite, n=Weichtiere, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Kamut, a6=Gerste, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, k3=Walnüsse, k4=Kaschunüsse, k5=Pecanüsse, k6=Paranüsse, k7=Pistazien, k8=Macadamianüsse, k9=Queenslandnüsse

05.01.2026, Menü 1, BIO Tortellini vegetarisch Tomatensoße Bohnensalat Apfel Bio \* Apfel Bio: keine \* BIO Tortellini vegetarisch: a,a1,d,e \* Bohnensalat: keine \* Tomatensoße Pasta : e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:787.72/188,7 | Fett:4,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:30,1g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:5,0g | Salz:1,0g

06.01.2026, Menü 1, Fischrikadelle Gemüse Bio CousCous Currydipp Birne Bio \* Birne Bio: keine \* Currydipp: 1, b,d,l \* Fischrikadelle: a,a1,b,d,e,i,l \* Gemüse Bio CousCous: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:607.55/145,9 | Fett:8,9g | davon gesättigte Fettsäuren:2,7g | Kohlenhydrate:10,7g | davon Zucker:2,4g | Eiweiß:5,4g | Salz:1,8g

06.01.2026, Menü 2, veganer Backfisch Gemüse Bio CousCous Currydipp vegan Birne Bio \* Birne Bio: keine \* Currydipp vegan: j \* Gemüse Bio CousCous: e \* veganer Backfisch: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:134.08/32,1 | Fett:1,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:4,3g | davon Zucker:3,9g | Eiweiß:0,6g | Salz:2,3g

06.01.2026, Menü 4, Schonkost \* Birnenkompott: a,a1,b,d,j \* Currydipp: 1, b,d,l \* Fischrikadelle: a,a1,b,d,e,i,l \* Gemüse Bio CousCous: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:502.8/120,7 | Fett:6,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,8g | Kohlenhydrate:12,5g | davon Zucker:6,0g | Eiweiß:3,7g | Salz:1,2g

07.01.2026, Menü 1, Hähnchennuggets Tomatendipp Kartoffeln BIO (gebacken) Banane Bio \* Banane Bio: keine \* Hähnchennuggets: a,a1,b,d,e \* Kartoffeln BIO (gebacken): keine \* Tomatendipp: 1, b,d,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:1152.25/275,1 | Fett:19,8g | davon gesättigte Fettsäuren:7,2g | Kohlenhydrate:11,1g | davon Zucker:2,4g | Eiweiß:13,6g | Salz:3,6g

07.01.2026, Menü 3, Vegane Nuggets Tomatendipp vegan Kartoffeln BIO (gebacken) Banane Bio \* Banane Bio: keine \* Kartoffeln BIO (gebacken): keine \* Tomatendipp vegan: 1, b,l \* Vegane Nuggets: a,a1,b,d,e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:896.66/214,3 | Fett:14,7g | davon gesättigte Fettsäuren:4,6g | Kohlenhydrate:13,8g | davon Zucker:3,2g | Eiweiß:6,6g | Salz:3,8g

07.01.2026, Menü 4, Schonkost \* Currydipp: 1, b,d,l \* Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 \* Hähnchennuggets: a,a1,b,d,e \* Kartoffeln BIO (gebacken): keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:850.57/203,5 | Fett:13,7g | davon gesättigte Fettsäuren:5,1g | Kohlenhydrate:11,7g | davon Zucker:5,5g | Eiweiß:8,5g | Salz:2,3g

08.01.2026, Menü 1, Kartoffelsuppe Bio Brötchen Wiener vegan Schokopudding Bio \* Wiener vegan: keine \* Brötchen: a,a1 \* Kartoffelsuppe Bio: e \* Schokopudding Bio: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:498.61/119,5 | Fett:0,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:22,8g | davon Zucker:3,0g | Eiweiß:4,2g | Salz:0,8g

08.01.2026, Menü 2, Kartoffelsuppe Bio Brötchen Wiener vegan Fruchtpüree Pfirsich Maracuja \* Wiener vegan: keine \* Brötchen: a,a1 \* Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 \* Kartoffelsuppe Bio: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:377.1/90,6 | Fett:0,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:18,0g | davon Zucker:3,4g | Eiweiß:3,2g | Salz:0,6g

09.01.2026, Menü 1, Hühnerfrikassee Reis Bio Mandarinen \* Hühnerfrikassee: b,d,e \* Mandarinen: keine \* Reis Bio: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:243.02/58,1 | Fett:1,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:5,5g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:4,0g | Salz:0,8g

09.01.2026, Menü 3, Gemüsefrikassee vegan Reis Bio Mandarinen \* Gemüsefrikassee vegan: e,j \* Mandarinen: keine \* Reis Bio: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:155.03/37,1 | Fett:1,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:5,3g | davon Zucker:4,4g | Eiweiß:1,0g | Salz:0,5g