















Speiseplan

KW 03, 13.01.2025 - 19.01.2025
Standard

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



| Montag 13.01.2025 | Dienstag 14.01.2025 | Mittwoch 15.01.2025 | Donnerstag 16.01.2025 | Freitag 17.01.2025 |
|--|--|---|--|---|
| Bandnudeln Putenschinkensahnesauce Gurkensalat Banane  a, a1, b, d, e, l | Gemüse Pilz Ragout Röstiecken Fruchtpüree  16, a, a1, b, d, e | Fischragout in Tomatensahnesauce Reis Rote Beete RohkostSalat Schokopudding  a, a1, b, d, e, i | Spinatcremesuppe Dampfnudeln Vanillesoße  a, a1, d, e | Kassler Rahmwirsing Salzkartoffeln Früchtequark  16, d, e |
| Bandnudeln Erbsen-Tofu _Sosse vegan Gurkensalat Banane  a, a1, b, d, e, j, l | Schonkost  16, a, a1, b, d, e | Bolognesesauce (Linsen) Reis Rote Beete RohkostSalat Schokopudding  d, e | Schonkost  a, a1, d, e | Putensteak Wirsinggemüse Salzkartoffeln Früchtequark  16, d, e |
| Schonkost  a, a1, b, d, e | | Schonkost  16, a, a1, b, d, e, i | | vegetarisches Schnitzel Rahmwirsing Salzkartoffeln Früchtequark  16, a, b, d, e, j |
| | | | | Schonkost  16, d, e, k, k1 |

Unsere liebevoll gekochten Speisen werden vorwiegend mit Zutaten aus der Region hergestellt.
 Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 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

Speiseplan

13.01.2025 - 19.01.2025

Standard

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



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 13.01.2025 - 19.01.2025

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

13.01.2025, Menü 1, Bandnudeln Putenschinkensahnesauce Gurkensalat Banane * Banane: keine * Bandnudeln: a,a1,b * Gurkensalat: d,l * Putenschinkensahnesauce: d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:481.85/115,8 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:19,4g | davon Zucker:8,1g | Eiweiß:2,4g | Salz:0,4g

13.01.2025, Menü 2, Bandnudeln Erbsen-Tofu_Sosse vegan Gurkensalat Banane * Banane: keine * Bandnudeln: a,a1,b * Erbsen-Tofu_Sosse vegan: e,j,l * Gurkensalat: d,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:444.14/106,2 | Fett:2,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:18,2g | davon Zucker:7,6g | Eiweiß:2,6g | Salz:0,2g

13.01.2025, Menü 10, Schonkost * Banane: keine * Bandnudeln: a,a1,b * Möhrensalat: keine * Putenschinkensahnesauce: d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:460.9/110,9 | Fett:2,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:19,6g | davon Zucker:8,4g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,3g

14.01.2025, Menü 1, Gemüse Pilz Ragout Röstiecken Fruchtpüree * Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 * Gemüse Pilz Ragout: e * Röstiecken: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:414.81/99,8 | Fett:4,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:13,4g | davon Zucker:3,9g | Eiweiß:1,5g | Salz:0,7g

14.01.2025, Menü 10, Schonkost * Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 * Gemüse Pilz Ragout: e * Röstiecken: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:414.81/99,8 | Fett:4,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:13,4g | davon Zucker:3,9g | Eiweiß:1,5g | Salz:0,7g

15.01.2025, Menü 1, Fischragout in Tomatensahnesauce Reis Rote Beete RohkostSalat Schokopudding * Fischragout in Tomatensahnesauce: a,a1,b,d,e,i * Reis: e * Rote Beete RohkostSalat: keine * Schokopudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:490.23/117,8 | Fett:4,5g | davon gesättigte Fettsäuren:2,1g | Kohlenhydrate:13,8g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:5,0g | Salz:0,8g

15.01.2025, Menü 2, Bolognesesauce (Linsen) Reis Rote Beete RohkostSalat Schokopudding * Bolognesesauce (Linsen): e * Reis: e * Rote Beete RohkostSalat: keine * Schokopudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:494.42/118,2 | Fett:1,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:20,0g | davon Zucker:5,0g | Eiweiß:4,3g | Salz:0,7g

15.01.2025, Menü 3, Schonkost * Fischragout in Tomatensahnesauce: a,a1,b,d,e,i * Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 * Reis: e * Rote Bete Salat: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:439.95/105,4 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,8g | Kohlenhydrate:12,4g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,8g

16.01.2025, Menü 1, Spinatcremesuppe Dampfnudeln Vanillesoße * Dampfnudeln klein: a,a1 * Spinatcremesuppe: d,e * Vanillesoße: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:645.26/154,1 | Fett:7,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,9g | Kohlenhydrate:18,8g | davon Zucker:5,5g | Eiweiß:3,6g | Salz:0,6g

16.01.2025, Menü 3, Schonkost * Dampfnudeln klein: a,a1 * Spinatcremesuppe: d,e * Vanillesoße: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:662.02/158,7 | Fett:7,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,8g | Kohlenhydrate:19,1g | davon Zucker:4,6g | Eiweiß:3,6g | Salz:0,7g

17.01.2025, Menü 1, Kassler Rahmwirsing Salzkartoffeln Früchtequark * Früchtequark: 16, d * Kassler: keine * Salzkartoffeln: keine * Wirsinggemüse: d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:356.15/85,8 | Fett:2,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:12,3g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:3,8g | Salz:0,3g

17.01.2025, Menü 2, Putensteak Wirsinggemüse Salzkartoffeln Früchtequark * Früchtequark: 16, d * Putensteak: keine * Salzkartoffeln: keine * Wirsinggemüse: d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:368.72/88,6 | Fett:2,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:10,0g | davon Zucker:3,4g | Eiweiß:7,2g | Salz:0,5g

17.01.2025, Menü 3, vegetarisches Schnitzel Rahmwirsing Salzkartoffeln Früchtequark * Früchtequark: 16, d * Salzkartoffeln: keine * Vegetarisches Schnitzel: a,b,d,j * Wirsinggemüse: d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:498.61/119,1 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:13,1g | davon Zucker:3,3g | Eiweiß:6,8g | Salz:0,6g

17.01.2025, Menü 4, Schonkost * Brokkoligemüse : d,e,k,k1 * Früchtequark: 16, d * Putensteak: keine * Salzkartoffeln: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:406.43/97,7 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:9,2g | davon Zucker:3,2g | Eiweiß:7,2g | Salz:0,4g