

# Speiseplan

KW 07, 09.02.2026 - 15.02.2026

Standard

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



| Montag<br>09.02.2026                                                                                                                                                                 | Dienstag<br>10.02.2026                                                                                                                                                                                       | Mittwoch<br>11.02.2026                                                                                                                                                                       | Donnerstag<br>12.02.2026                                                                                                                                                                                                        | Freitag<br>13.02.2026                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Putengeschnetzeltes in Pilzrahm<br>BIO Reis<br>Bunter Krautsalat<br>BIO Apfel<br><br>a, a1, d, e, l | Vegetarisches Schnitzel<br>Kartoffel- Sellerie aus<br>BIO Kartoffeln<br>Thymiansoße<br>Früchtequark<br><br>16 a, b, d, e, j | grüner Bohneneintopf (vegetarisch)<br>Vollkornbrötchen<br>BIO Caramelpudding<br><br>a, a1, a3, b, d, e, j | Blumenkohlsuppe aus Bio Milch, Sahne und Blumenkohl,<br>Dampfnudeln,<br>Vanillesoße aus Bio Milch und Sahne, Bio Apfel<br><br>a, a1, b, d, e | Geflügelhacksteak<br>Tzatziki<br>Bratkartoffeln aus Bio Kartoffeln<br>BIO Birne<br><br>a, a1, b, d, e, l |
| Pilzragout<br>BIO Reis<br>Bunter Krautsalat<br>BIO Apfel<br><br>d, e, l                             | Schonkost<br><br>16 a, b, d, e, j                                                                                           | Schonkost<br><br>a, a1, a3, b, d, e, j                                                                    | Schonkost<br><br>a, a1, b, d, e                                                                                                              | Rote Bete Bratling<br>Tzatziki<br>Bratkartoffeln aus Bio Kartoffeln<br>BIO Birne<br><br>a, a1, b, d      |
| Schonkost<br><br>a, a1, d, e                                                                      |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                 | Schonkost<br><br>a, a1, b, d, e, l                                                                     |



DE-Öko-039

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

Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 16=Ascorbinsäure, a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a3=Roggen, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 09.02.2026 - 15.02.2026

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

09.02.2026, Menü 1, Putengeschnetzeltes in Pilzrahm BIO Reis Bunter Krautsalat BIO Apfel \* Apfel Bio: keine \* Bunter Krautsalat: l \* Putengeschnetzeltes in Pilzrahm: a,a1,d \* Reis Bio: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:314.25/75,9 | Fett:5,2g | davon gesättigte Fettsäuren:2,3g | Kohlenhydrate:2,9g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,8g

09.02.2026, Menü 2, Pilzragout BIO Reis Bunter Krautsalat BIO Apfel \* Apfel Bio: keine \* Bunter Krautsalat: l \* Pilzragout : d,e \* Reis Bio: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:247.21/59,2 | Fett:4,9g | davon gesättigte Fettsäuren:2,7g | Kohlenhydrate:2,7g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:1,1g | Salz:0,9g

09.02.2026, Menü 12, Schonkost \* Apfelmus: keine \* Bohnensalat: keine \* Putengeschnetzeltes in Pilzrahm: a,a1,d \* Reis Bio: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:301.68/72,9 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:6,3g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:3,4g | Salz:0,5g

10.02.2026, Menü 3, Vegetarisches Schnitzel Kartoffel- Sellerie aus BIO Kartoffeln Thymiansoße Früchtequark \* Früchtequark: 16 d \* Kartoffel- Selleriestampf Bio: d,e \* Thymiansoße: e \* Vegetarisches Schnitzel: a,b,d,j \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:532.13/127,5 | Fett:6,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:9,9g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:7,3g | Salz:1,1g

10.02.2026, Menü 10, Schonkost \* Früchtequark: 16 d \* Kartoffel- Selleriestampf Bio: d,e \* Thymiansoße: e \* Vegetarisches Schnitzel: a,b,d,j \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:532.13/127,5 | Fett:6,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:9,9g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:7,3g | Salz:1,1g

11.02.2026, Menü 1, grüner Bohneneintopf (vegetarisch) Vollkornbrötchen BIO Caramelpudding \* Caramelpudding: a,a1,b,d,j \* grüner Bohneneintopf (vegetarisch): e \* Vollkornbrötchen: a,a3 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:351.96/84,8 | Fett:1,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:15,9g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:2,5g | Salz:0,3g

11.02.2026, Menü 3, Schonkost \* Caramelpudding: a,a1,b,d,j \* grüner Bohneneintopf (vegetarisch): e \* Vollkornbrötchen: a,a3 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:351.96/84,8 | Fett:1,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:15,9g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:2,5g | Salz:0,3g

12.02.2026, Menü 1, Blumenkohlsuppe aus Bio Milch, Sahne und Blumenkohl Dampfnudeln Vanillesoße aus Bio Milch und Sahne Bio Apfel \* Apfel Bio: keine \* Blumenkohlsuppe Bio: d,e \* Dampfnudeln : a,a1,b,d \* Vanillesoße Bio: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:921.8/220,7 | Fett:7,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:33,8g | davon Zucker:6,4g | Eiweiß:4,3g | Salz:1,0g

12.02.2026, Menü 3, Schonkost \* Apfelmus BIO: keine \* Dampfnudeln : a,a1,b,d \* Möhren-Ingwersuppe: e \* Vanillesoße Bio: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:678.78/162,1 | Fett:6,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:23,6g | davon Zucker:5,4g | Eiweiß:3,2g | Salz:0,8g

13.02.2026, Menü 1, Geflügelhacksteak Tzatziki Bratkartoffeln aus Bio Kartoffeln BIO Birne \* Birne Bio: keine \* Geflügefrüchadellen : a,a1,b,d,e,l \* Kartoffeln BIO (gebacken): keine \* Tzatziki: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:691.35/165,7 | Fett:10,4g | davon gesättigte Fettsäuren:2,5g | Kohlenhydrate:9,0g | davon Zucker:2,0g | Eiweiß:8,8g | Salz:3,2g

13.02.2026, Menü 3, Rote Bete Bratling Tzatziki Bratkartoffeln aus Bio Kartoffeln BIO Birne \* Birne Bio: keine \* Kartoffeln BIO (gebacken): keine \* Rote Bete Bratling: a,a1,b,d \* Tzatziki: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:913.42/218,4 | Fett:15,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:15,6g | davon Zucker:3,5g | Eiweiß:3,9g | Salz:2,7g

13.02.2026, Menü 4, Schonkost \* Geflügefrüchadellen : a,a1,b,d,e,l \* Pudding: d \* Salzkartoffeln Bio: keine \* Tzatziki: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:87.99/21,1 | Fett:0,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:1,2g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:1,8g | Salz:0,5g