











Speiseplan

KW 11, 13.03.2023 - 19.03.2023

Standard

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



Montag 13.03.2023	Dienstag 14.03.2023	Mittwoch 15.03.2023	Donnerstag 16.03.2023	Freitag 17.03.2023
Knöpfle  Käsesauce Röstzwiebeln Selleriesalat Banane 1, a,a1,b,d,e,l	Currywurst  Currywurstsauce Bratkartoffeln Gurkensalat Fruchtpüree Pfirsich Maracuja 16, a,a1,b,d,e,l	Vollkornnudeln  Lachssahnesoße Blattsalat Heimat-Dressing Kirschenkompott a,a1,b,d,e,i,j,l	Linseneintopf  Wiener (vegetarisch) Roggenbrötchen Stracciatella Joghurt a,a1,a3,b,d,e,f,j,l	Hähnchennuggets  Kräuter Dip Süßkartoffel-Kürbis-Kokos Stampf Blumenkohl-Curcuma Salat Kiwi a,a1,b,d,e,l
	Vegetarische Bratwurst  Currywurstsauce Bratkartoffeln Gurkensalat Fruchtpüree Pfirsich Maracuja 16, a,a1,b,d,e,j,l	Vollkornnudeln  Erbsen-Tofu-Sahne Sauce Blattsalat Heimat-Dressing Kirschenkompott a,a1,b,d,e,j,l		
				Vegane Nuggets  Kräuter Dip Süßkartoffel-Kürbis-Kokos Stampf Blumenkohl-Curcuma Salat Kiwi a,a1,b,d,e,l
			Schonkost  a,a1,a3,b,d,e,f,j,l	
			Lunchpakete  a,a1,b,c,d,j,k,k1,k2	

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

Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 1=Farbstoff, 16=Ascorbinsäure, a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a3=Roggen, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 13.03.2023 - 19.03.2023

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

13.03.2023, Menü 1, Knöpfe Käsesauce Röstzwiebeln Selleriesalat Banane * Banane: keine * Käsesauce: d,e * Knöpfe: a,a1,b,d,e * Röstzwiebeln: a,a1 * WaldorfSalat: 1, b,d,e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:523.75/125,0 | Fett:3,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,8g | Kohlenhydrate:18,5g | davon Zucker:10,1g | Eiweiß:3,3g | Salz:0,5g

14.03.2023, Menü 1, Currywurst Currywurstsauce Bratkartoffeln Gurkensalat Fruchtputee Pfirsich Maracuja * Currywurstsauce: a,a1,b,d,e,l * Fruchtputee Pfirsich Maracuja: 16 * Geflügelbratwurst 100 g: e,l * Gurkensalat: d,l * Kartoffeln (gebacken): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:590.79/141,5 | Fett:8,8g | davon gesättigte Fettsäuren:3,3g | Kohlenhydrate:10,9g | davon Zucker:5,1g | Eiweiß:4,3g | Salz:1,5g

14.03.2023, Menü 2, Vegetarische Bratwurst Currywurstsauce Bratkartoffeln Gurkensalat Fruchtputee Pfirsich Maracuja * Currywurstsauce: a,a1,b,d,e,l * Fruchtputee Pfirsich Maracuja: 16 * Gurkensalat: d,l * Kartoffeln (gebacken): keine * Vegetarische Bratwurst: a,b,e,j,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:574.03/137,1 | Fett:7,6g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:13,5g | davon Zucker:5,2g | Eiweiß:3,2g | Salz:1,1g

15.03.2023, Menü 1, Vollkornnudeln Lachssahnesoße Blattsalat Heimat-Dressing Kirschenkompott * Blattsalat: keine * Heimat-Dressing: l * Kirschenkompott: a,a1,b,d,j * Lachssahnesoße: d,e,i * Vollkornnudeln: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:368.72/88,1 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:11,8g | davon Zucker:4,1g | Eiweiß:2,8g | Salz:2,4g

15.03.2023, Menü 2, Vollkornnudeln Erbsen-Tofu-Sahne Sauce Blattsalat Heimat-Dressing Kirschenkompott * Blattsalat: keine * Erbsen-Tofu-Sahne Sauce: d,e,j * Heimat-Dressing: l * Kirschenkompott: a,a1,b,d,j * Vollkornnudeln: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:385.48/92,3 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:12,2g | davon Zucker:4,8g | Eiweiß:2,8g | Salz:2,1g

16.03.2023, Menü 1, Linseneintopf Wiener (vegetarisch) Roggenbrötchen Stracciatella Joghurt * Linseneintopf: e * Schusterjungs: a,a3 * Stracciatella Joghurt: d * Wiener (vegetarisch) 40 g: a,a1,b,e,f,j,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:750.01/179,8 | Fett:5,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,7g | Kohlenhydrate:22,4g | davon Zucker:3,8g | Eiweiß:8,7g | Salz:1,0g

16.03.2023, Menü 10, Schonkost * Gemüseintopf: a,a1,b,e * Schokopudding: d * Schusterjungs: a,a3 * Wiener (vegetarisch) 40 g: a,a1,b,e,f,j,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:553.08/132,6 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:19,5g | davon Zucker:3,7g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,8g

16.03.2023, Menü 15, Lunchpakete * Lunchpaket alt: a,a1,b,c,d,j,k,k1,k2 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:536.32/128,2 | Fett:5,6g | davon gesättigte Fettsäuren:2,0g | Kohlenhydrate:11,0g | davon Zucker:3,9g | Eiweiß:4,1g | Salz:0,5g

17.03.2023, Menü 1, Hähnchennuggets Kräuter Dip Süßkartoffel-Kürbis-Kokos Stampf Blumenkohl-Curcuma Salat Kiwi * Blumenkohl-Curcuma Salat: d,l * Hähnchennuggets: a,a1,b,d,e * Kiwi: keine * Kräuter Dip: d * Süßkartoffel-Kürbis-Kokos Stampf: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:691.35/165,9 | Fett:9,7g | davon gesättigte Fettsäuren:2,6g | Kohlenhydrate:11,9g | davon Zucker:2,5g | Eiweiß:7,5g | Salz:1,2g

17.03.2023, Menü 3, Vegane Nuggets Kräuter Dip Süßkartoffel-Kürbis-Kokos Stampf Blumenkohl-Curcuma Salat Kiwi * Blumenkohl-Curcuma Salat: d,l * Kiwi: keine * Kräuter Dip: d * Süßkartoffel-Kürbis-Kokos Stampf: d * Vegane Nuggets: a,a1,b,d,e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:511.18/122,8 | Fett:6,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:12,7g | davon Zucker:2,8g | Eiweiß:3,9g | Salz:0,9g