















Speiseplan

KW 11, 10.03.2025 - 16.03.2025
Standard

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



Montag 10.03.2025	Dienstag 11.03.2025	Mittwoch 12.03.2025	Donnerstag 13.03.2025	Freitag 14.03.2025
Gemüsesuppe italienisch Fagottini Tomatensoße Fruchtpüree  16, a, a1, b, e	Fischfrikadelle Gemüse CousCous Currydipp Mandarinen  1, a, a1, b, d, e, i, l	Putensteak Kartoffel- Möhrenstampf Thymiansoße Früchtequark  16, d, e	Pfannkuchen Bolognesesauce vegan Grießbrei Zimtucker  a, a1, b, d, e	Hühnerfrikassee Reis Schokopudding  b, d, e
Schonkost  16, a, a1, b, e	Gemüsebratling Gemüse CousCous Currydipp Mandarinen  1, a, a1, a2, a3, b, d, e, j, l	Vegetarisches Schnitzel Kartoffel- Möhrenstampf Thymiansoße Früchtequark  16, a, b, d, e, j	Pfannkuchen Apfelmus Grießbrei Zimtucker  a, a1, b, d	Gemüsefrikassee Reis Schokopudding  d, e
	Schonkost  1, a, a1, b, d, e, i, j, l	Schonkost  16, d, e	Schonkost  a, a1, b, d, e	Schonkost  b, d, e

Unsere liebevoll gekochten Speisen werden vorwiegend mit Zutaten aus der Region hergestellt.
 Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 1=Farbstoff, 16=Ascorbinsäure, a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 10.03.2025 - 16.03.2025

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

10.03.2025, Menü 1, Gemüsesuppe italienisch Fagottini Tomatensoße Fruchtpüree * Fagottini: a,a1,e * Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 * Gemüsesuppe italienisch: a,a1,b,e * Tomatensoße Pasta : e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:385.48/92,6 | Fett:2,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:14,7g | davon Zucker:3,7g | Eiweiß:2,8g | Salz:0,5g

10.03.2025, Menü 5, Schonkost * Fagottini: a,a1,e * Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 * Gemüsesuppe italienisch: a,a1,b,e * Tomatensoße Pasta : e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:385.48/92,6 | Fett:2,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:14,7g | davon Zucker:3,7g | Eiweiß:2,8g | Salz:0,5g

11.03.2025, Menü 1, Fischfrikadelle Gemüse CousCous Currydipp Mandarinen * Currydipp: 1, b,d,l * Fischfrikadelle: a,a1,b,d,e,i,l * Gemüse CousCous: e * Mandarinen: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:536.32/128,3 | Fett:5,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:15,6g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:4,3g | Salz:1,0g

11.03.2025, Menü 2, Gemüsebratling Gemüse CousCous Currydipp Mandarinen * Currydipp: 1, b,d,l * Gemüse CousCous: e * Gemüsebratling: a,a1,a2,a3,b,e,j,l * Mandarinen: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:419/100,0 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:14,3g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:2,9g | Salz:0,8g

11.03.2025, Menü 4, Schonkost * Birnenkompott: a,a1,b,d,j * Currydipp: 1, b,d,l * Fischfrikadelle: a,a1,b,d,e,i,l * Gemüse CousCous: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:569.84/136,6 | Fett:5,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:17,5g | davon Zucker:5,3g | Eiweiß:4,3g | Salz:1,0g

12.03.2025, Menü 1, Putensteak Kartoffel- Möhrenstampf Thymiansoße Früchtequark * Früchtequark: 16, d * Kartoffel- Möhrenstampf: d * Putensteak: keine * Thymiansoße: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:377.1/90,4 | Fett:2,7g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:7,4g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:8,8g | Salz:0,8g

12.03.2025, Menü 3, Vegetarisches Schnitzel Kartoffel- Möhrenstampf Thymiansoße Früchtequark * Früchtequark: 16, d * Kartoffel- Möhrenstampf: d * Thymiansoße: e * Vegetarisches Schnitzel: a,b,d,j * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:490.23/117,3 | Fett:4,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:11,7g | davon Zucker:3,6g | Eiweiß:6,1g | Salz:0,9g

12.03.2025, Menü 10, Schonkost * Früchtequark: 16, d * Kartoffel- Möhrenstampf: d * Putensteak: keine * Thymiansoße: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:377.1/90,4 | Fett:2,7g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:7,4g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:8,8g | Salz:0,8g

13.03.2025, Menü 1, Pfannkuchen Bolognesesauce vegan Grießbrei Zimtucker * Bolognesesauce vegan : e * Grießbrei: d * Pfannkuchen: a,a1,b,d * Zimtucker: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:527.94/126,5 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:18,7g | davon Zucker:7,0g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,6g

13.03.2025, Menü 2, Pfannkuchen Apfelmus Grießbrei Zimtucker * Apfelmus: keine * Grießbrei: d * Pfannkuchen: a,a1,b,d * Zimtucker: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:574.03/137,6 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:21,9g | davon Zucker:10,7g | Eiweiß:4,3g | Salz:0,2g

13.03.2025, Menü 9, Schonkost * Bolognesesauce vegan : e * Grießbrei: d * Pfannkuchen: a,a1,b,d * Zimtucker: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:527.94/126,5 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:18,7g | davon Zucker:7,0g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,6g

14.03.2025, Menü 1, Hühnerfrikassee Reis Schokopudding * Hühnerfrikassee: b,d,e * Reis: e * Schokopudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:481.85/115,3 | Fett:3,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:15,9g | davon Zucker:3,6g | Eiweiß:5,4g | Salz:0,8g

14.03.2025, Menü 2, Gemüsfrikassee Reis Schokopudding * Gemüsfrikassee : d,e * Reis: e * Schokopudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:377.1/90,4 | Fett:2,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:14,2g | davon Zucker:4,1g | Eiweiß:2,5g | Salz:0,5g

14.03.2025, Menü 10, Schonkost * Hühnerfrikassee: b,d,e * Salzkartoffeln: keine * Schokopudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:419/100,8 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:12,6g | davon Zucker:3,8g | Eiweiß:5,4g | Salz:0,6g