

Speiseplan

KW 13, 23.03.2026 - 29.03.2026

Standard

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



Montag 23.03.2026	Dienstag 24.03.2026	Mittwoch 25.03.2026	Donnerstag 26.03.2026	Freitag 27.03.2026
Penne Bio Tomatensoße Rote Bete Salat Apfel Bio  e	Bio Bratwurst (Oberländer), Currywurstsauce mild , BIO Kartoffeln (gebacken) , Weisskrautsalat(Cole Slaw), Stracciatella Joghurt  d, e, l	Seelachs Kräutertopping , Bio Bulgur , Dillsauce , ERbsengemüse mit Bio Erbsen, Banane  a, a1, b, d, e, i, l	Möhren-Ingwersuppe aus Bio Möhren Bio Pfannkuchen Bolognesesauce vegan Apfel-Quark  d, e	Erbseneintopf BIO Erbsen und Kartoffeln Schusterjungs Rote Grütze  a, a1, a3, b, d, e, j
	Geflügelbratwurst , Currywurstsauce mild , BIO Kartoffeln (gebacken) , Weisskrautsalat (Cole Slaw), Stracciatella Joghurt  d, e, l	veganer Backfisch , Dillsauce , Erbsengemüse mit Bio Erbsen, Bulgur Bio , Banane  d, e, l	Pfannkuchen BIO Apfelmus Möhren-Ingwersuppe Bio Apfelquark  d, e	Schonkost  a, a1, b, d, e, j
	Vegetarische Bratwurst , Currywurstsauce mild , BIO Kartoffeln (gebacken) , Weisskrautsalat(Cole Slaw), Stracciatella Joghurt  a, b, d, e, j, l	Schonkost  a, a1, b, d, e, i, l	Schonkost  a, a1, b, d, e	
	Schonkost  d, e, l			



DE-Öko-039

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

Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, 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 23.03.2026 - 29.03.2026

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

23.03.2026, Menü 1, Penne Bio Tomatensoße Rote Bete Salat Apfel Bio * Apfel Bio: keine * Penne Bio: keine * Rote Bete Salat: keine * Tomatensoße Pasta : e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:255.59/61,7 | Fett:2,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:7,1g | davon Zucker:5,8g | Eiweiß:1,5g | Salz:0,9g

24.03.2026, Menü 1, Bio Bratwurst (Oberländer) Currywurstsauce mild BIO Kartoffeln (gebacken) Weisskrautsalat(Cole Slaw) Stracciatella Joghurt * Bio Bratwurst (Oberländer) (WfG): keine * Currywurstsauce mild: e * Kartoffeln BIO (gebacken): keine * Stracciatella Joghurt: d * Weißkrautsalat (cole slaw): d,e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:494.42/118,8 | Fett:7,7g | davon gesättigte Fettsäuren:3,7g | Kohlenhydrate:9,2g | davon Zucker:8,9g | Eiweiß:2,9g | Salz:2,0g

24.03.2026, Menü 2, Geflügelbratwurst Currywurstsauce mild BIO Kartoffeln (gebacken) Weisskrautsalat (Cole Slaw) Stracciatella Joghurt * Currywurstsauce mild: e * Geflügelbratwurst 100 g: e,l * Kartoffeln BIO (gebacken): keine * Stracciatella Joghurt: d * Weißkrautsalat (cole slaw): d,e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:741.63/177,2 | Fett:13,8g | davon gesättigte Fettsäuren:5,5g | Kohlenhydrate:6,6g | davon Zucker:6,1g | Eiweiß:6,4g | Salz:2,1g

24.03.2026, Menü 3, Vegetarische Bratwurst Currywurstsauce mild BIO Kartoffeln (gebacken) Weisskrautsalat(Cole Slaw) Stracciatella Joghurt * Currywurstsauce mild: e * Kartoffeln BIO (gebacken): keine * Stracciatella Joghurt: d * Vegetarische Bratwurst: a,b,e,j,l * Weißkrautsalat (cole slaw): d,e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:716.49/171,9 | Fett:12,2g | davon gesättigte Fettsäuren:2,9g | Kohlenhydrate:10,3g | davon Zucker:6,3g | Eiweiß:5,0g | Salz:1,6g

24.03.2026, Menü 5, Schonkost * Currywurstsauce mild: e * Geflügelbratwurst 100 g: e,l * Kartoffeln BIO (gebacken): keine * Rote Bete Salat: keine * Stracciatella Joghurt: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:733.25/175,8 | Fett:13,5g | davon gesättigte Fettsäuren:5,4g | Kohlenhydrate:7,2g | davon Zucker:6,8g | Eiweiß:6,2g | Salz:2,0g

25.03.2026, Menü 1, Seelachs Kräutertopping Bio Bulgur Dillsauce ERbsengemüse mit Bio Erbsen Banane * Banane: keine * Bulgur Bio: e * Dillsauce: d,e,l * Erbsengemüse Bio: d,e * Seelachs Kräutertopping: a,a1,b,i * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:532.13/127,3 | Fett:5,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:15,0g | davon Zucker:10,0g | Eiweiß:3,9g | Salz:0,6g

25.03.2026, Menü 2, veganer Backfisch Dillsauce Erbsengemüse mit Bio Erbsen Bulgur Bio Banane * Banane: keine * Bulgur Bio: e * Dillsauce: d,e,l * Erbsengemüse Bio: d,e * veganer Backfisch: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:351.96/84,6 | Fett:2,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:14,8g | davon Zucker:12,2g | Eiweiß:1,1g | Salz:0,4g

25.03.2026, Menü 10, Schonkost * Banane: keine * Dillsauce: d,e,l * Erbsengemüse Bio: d,e * pochiertes Seelachs: a,a1,b,i * Salzkartoffeln Bio: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:389.67/93,3 | Fett:1,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:14,1g | davon Zucker:11,7g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,3g

26.03.2026, Menü 1, Möhren-Ingwersuppe aus Bio Möhren Bio Pfannkuchen Bolognesesauce vegan Apfel-Quark * Apfelquark: d * Bolognesesauce vegan : e * Möhren-Ingwersuppe Bio: e * Pfannkuchen BIO: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:268.16/64,2 | Fett:2,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:6,7g | davon Zucker:5,5g | Eiweiß:3,0g | Salz:0,9g

26.03.2026, Menü 2, Pfannkuchen BIO Apfelmus Möhren-Ingwersuppe Bio Apfelquark * Apfelmus: keine * Apfelquark: d * Möhren-Ingwersuppe Bio: e * Pfannkuchen BIO: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:322.63/77,9 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:11,1g | davon Zucker:10,6g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,4g

26.03.2026, Menü 4, Schonkost * Apfelquark: d * Bolognesesauce vegan : e * Möhren-Ingwersuppe: e * Pfannkuchen: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:393.86/94,4 | Fett:3,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:11,8g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:4,1g | Salz:0,6g

27.03.2026, Menü 1, Erbseneintopf BIO Erbsen und Kartoffeln Schusterjungs Rote Grütze * Erbseneintopf BIO: e * Rote Grütze: a,a1,b,d,j * Schusterjungs: a,a3 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:423.19/101,0 | Fett:0,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:21,7g | davon Zucker:7,4g | Eiweiß:2,2g | Salz:0,4g

27.03.2026, Menü 4, Schonkost * Brötchen: a,a1 * Kartoffelsuppe: e * Rote Grütze: a,a1,b,d,j * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:465.09/111,3 | Fett:0,7g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:22,0g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:3,4g | Salz:0,6g