










# Speiseplan

KW 27, 04.07.2022 - 10.07.2022

Standard

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



Montag 04.07.2022	Dienstag 05.07.2022	Mittwoch 06.07.2022	Donnerstag 07.07.2022	Freitag 08.07.2022
Putenschnitzel Rahmsauce Bandnudeln Möhrensalat Aprikose   a,a1,b,d,e	Knöpfe Käsesauce Röstzwiebeln Rote Bete Salat Quarkbällchen   a,a1,b,d,e	RinderFrikadelle Salzkartoffeln Karotten-Erbesen Gemüse Nektarine   a,a1,b,d,e	Pfannkuchen Bolognesesauce (Linsen) Blattsalat Heimat-Dressing Vanillepudding   a,a1,b,d,e,l	Seelachs Kräutertopping Dillsauce Bulgur Bananenquark   a,a1,b,d,e,i,l
Vegetarisches Schnitzel  Rahmsauce Bandnudeln Möhrensalat Aprikose   a,a1,b,d,e,j	Schonkost   a,a1,b,d,e	Gemüsefrikadelle Salzkartoffeln Karotten-Erbesen Gemüse Nektarine   a,a1,a2,a3,b,d,e,j,l		Gemüsebratling Dillsauce Bulgur Bananenquark   a,a1,a2,a3,b,d,e,j,l

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

Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 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 04.07.2022 - 10.07.2022

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

04.07.2022, Menü 1, Putenschnitzel Rahmsauce Bandnudeln Möhrensalat Aprikose \* Aprikose : keine \* Bandnudeln: a,a1,b \* Möhrensalat: keine \* Putenschnitzel: a,a1,b,d \* Rahmsauce : d,e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:377.1/90,9 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:10,7g | davon Zucker:1,5g | Eiweiß:5,2g | Salz:0,4g

05.07.2022, Menü 1, Knöpfe Käsesauce Röstzwiebeln Rote Bete Salat Quarkbällchen \* Käsesauce: d,e \* Knöpfe: a,a1,b,d,e \* Quarkbällchen: a,a1,b,d \* Röstzwiebeln: a,a1 \* Rote Bete Salat: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:653.64/156,5 | Fett:6,7g | davon gesättigte Fettsäuren:3,0g | Kohlenhydrate:18,1g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:5,6g | Salz:1,0g

06.07.2022, Menü 1, RinderFrikadelle Salzkartoffeln Karotten-Erbesen Gemüse Nektarine \* Karotten-Erbesen Gemüse: d,e \* Nektarine: keine \* RinderFrikadelle WfG: a,a1,b \* Salzkartoffeln: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:381.29/91,8 | Fett:2,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:11,5g | davon Zucker:5,2g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,5g

07.07.2022, Menü 1, Pfannkuchen Bolognesesauce (Linsen) Blattsalat Heimat-Dressing Vanillepudding \* Blattsalat: keine \* Bolognesesauce (Linsen): e \* Heimat-Dressing: l \* Pfannkuchen: a,a1,b,d \* Vanillepudding: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:590.79/141,3 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:19,5g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:6,1g | Salz:0,5g

08.07.2022, Menü 1, Seelachs Kräutertopping Dillsauce Bulgur Bananenquark \* Bulgur: a,a1,e \* Dillsauce: d,e,l \* Quarkcreme mit Johannisbeer - Banane: d \* Seelachs Kräutertopping: a,a1,b,i \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:703.92/168,3 | Fett:7,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:18,0g | davon Zucker:4,5g | Eiweiß:7,0g | Salz:0,7g

04.07.2022, Menü 2, Vegetarisches Schnitzel Rahmsauce Bandnudeln Möhrensalat Aprikose \* Aprikose : keine \* Bandnudeln: a,a1,b \* Möhrensalat: keine \* Rahmsauce : d,e \* Vegetarisches Schnitzel: a,b,d,j \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:490.23/117,3 | Fett:4,6g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:13,3g | davon Zucker:1,6g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,5g

05.07.2022, Menü 2, Schonkost \* Käsesauce: d,e \* Knöpfe: a,a1,b,d,e \* Quarkbällchen: a,a1,b,d \* Röstzwiebeln: a,a1 \* Rote Bete Salat: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:653.64/156,5 | Fett:6,7g | davon gesättigte Fettsäuren:3,0g | Kohlenhydrate:18,1g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:5,6g | Salz:1,0g

06.07.2022, Menü 2, Gemüsefrikadelle Salzkartoffeln Karotten-Erbesen Gemüse Nektarine \* Gemüsefrikadelle: a,a1,a2,a3,b,e,j,l \* Karotten-Erbesen Gemüse: d,e \* Nektarine: keine \* Salzkartoffeln: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:322.63/77,1 | Fett:1,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:13,5g | davon Zucker:5,2g | Eiweiß:2,9g | Salz:0,6g

08.07.2022, Menü 2, Gemüsebratling Dillsauce Bulgur Bananenquark \* Bulgur: a,a1,e \* Dillsauce: d,e,l \* Gemüsebratling: a,a1,a2,a3,b,e,j,l \* Quarkcreme mit Johannisbeer - Banane: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:486.04/116,5 | Fett:2,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:17,8g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,7g