

Speiseplan

KW 38, 14.09.2026 - 20.09.2026

Standard

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



Montag 14.09.2026	Dienstag 15.09.2026	Mittwoch 16.09.2026	Donnerstag 17.09.2026	Freitag 18.09.2026
Zucchini-Hackfleischtopf Bio Fusilli Bio Apfel  e	Hühnerfrikassee Reis Bio Weißkrautsalat (cole slaw) Quarkcreme mit Banane  b, d, e, l	Seelachs Kräutertopping Paprikasoße Gemüse Bio Bulgur Vanillepudding BIO  a, a1, b, e, i	Champignoncremsuppe Kaiserschmarren Bio Apfelmus BIO Zimtucker  a, a1, b, d, e, l	Königsberger Klopse, Salzkartoffeln Bio , Blattsalat , Gartenkräuter-Dressing , Nektarine  a, a1, b, d, e, l
Zucchini veganer Hackfleischtopf Bio Fusilli Bio Apfel  e	Gemüesfrikassee WfG Reis Bio Weißkrautsalat (cole slaw) Quarkcreme mit Banane  d, e, j, l	veganer Backfisch Gemüse Bio Bulgur Paprikasoße Vanillepudding BIO  e		Falafel , Aivar Dip , Salzkartoffeln Bio , Blattsalat , Gartenkräuter-Dressing , Nektarine  d, l
	Schonkost  b, d, e	Schonkost  a, a1, b, e, i, l		Schonkost  a, a1, b, d, e, l



DE-Öko-039

Unsere liebevoll gekochten Speisen werden vorwiegend mit Zutaten aus der Region hergestellt.
Speisekomponenten aus biologischer Erzeugung gemäß EG-Öko-Verordnung sind im Essenstitel mit dem Zusatz 'Bio' gekennzeichnet.
Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, i=Fisch, j=Soja,
k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 14.09.2026 - 20.09.2026

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

14.09.2026, Menü 1, Zucchini-Hackfleischtopf Bio Fusilli Bio Apfel * Apfel Bio: keine * Fusilli Bio: keine * Zucchini-Hackfleischtopf: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:289.11/69,8 | Fett:3,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:3,5g | davon Zucker:1,5g | Eiweiß:6,9g | Salz:0,6g

14.09.2026, Menü 2, Zucchini veganer Hackfleischtopf Bio Fusilli Bio Apfel * Apfel Bio: keine * Fusilli Bio: keine * Zucchini-veg. Hackfleischtopf: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:104.75/25,3 | Fett:0,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:4,2g | davon Zucker:1,9g | Eiweiß:1,0g | Salz:0,3g

15.09.2026, Menü 1, Hühnerfrikassee Reis Bio Weißkrautsalat (cole slaw) Quarkcreme mit Banane * Hühnerfrikassee: b,d,e * Quarkcreme mit Banane: d * Reis Bio: e * Weißkrautsalat (cole slaw): d,e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:293.3/70,9 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:5,1g | davon Zucker:3,4g | Eiweiß:5,4g | Salz:1,0g

15.09.2026, Menü 2, Gemüsefrikassee WfG Reis Bio Weißkrautsalat (cole slaw) Quarkcreme mit Banane * Gemüsefrikassee WfG: d,e,j * Quarkcreme mit Banane: d * Reis Bio: e * Weißkrautsalat (cole slaw): d,e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:201.12/48,2 | Fett:1,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:5,2g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,9g

15.09.2026, Menü 10, Schonkost * Hühnerfrikassee: b,d,e * Quarkcreme mit Banane: d * Rote Bete Salat: keine * Salzkartoffeln: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:372.91/89,5 | Fett:2,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:10,1g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:5,5g | Salz:0,7g

16.09.2026, Menü 1, Seelachs Kräutertopping Paprikasoße Gemüse Bio Bulgur Vanillepudding BIO * Gemüse Bio Bulgur: e * Paprikasoße: e * Seelachs Kräutertopping: a,a1,b,i * Vanillepudding BIO: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:594.98/142,3 | Fett:8,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:11,6g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:5,6g | Salz:1,2g

16.09.2026, Menü 2, veganer Backfisch Gemüse Bio Bulgur Paprikasoße Vanillepudding BIO * Gemüse Bio Bulgur: e * Paprikasoße: e * Vanillepudding BIO: keine * veganer Backfisch: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:243.02/58,3 | Fett:2,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:9,0g | davon Zucker:5,5g | Eiweiß:0,6g | Salz:1,2g

16.09.2026, Menü 10, Schonkost * pochiertes Seelachs: a,a1,b,i * Salzkartoffeln Bio: keine * Vanillepudding BIO: keine * Zitronen-Dillsoße: e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:381.29/91,2 | Fett:1,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:9,1g | davon Zucker:4,5g | Eiweiß:10,1g | Salz:1,5g

17.09.2026, Menü 1, Champignoncremsuppe Kaiserschmarren Bio Apfelmus BIO Zimtzucker * Apfelmus BIO: keine * Champignoncremsuppe : a,a1,b,d,e,l * Kaiserschmarren Bio: keine * Zimtzucker: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:557.27/133,4 | Fett:7,8g | davon gesättigte Fettsäuren:4,8g | Kohlenhydrate:14,8g | davon Zucker:12,6g | Eiweiß:1,0g | Salz:0,7g

18.09.2026, Menü 1, Königsberger Klopse Salzkartoffeln Bio Blattsalat Gartenkräuter-Dressing Nektarine * Blattsalat: keine * Gartenkräuter-Dressing: l * Königsberger Klopse: a,a1,b,d,e,l * Königsberger Sauce: d,e * Nektarine: keine * Salzkartoffeln Bio: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:481.85/115,4 | Fett:6,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,7g | Kohlenhydrate:10,3g | davon Zucker:6,1g | Eiweiß:3,7g | Salz:0,9g

18.09.2026, Menü 2, Falafel Aivar Dip Salzkartoffeln Bio Blattsalat Gartenkräuter-Dressing Nektarine * Aivar Dip: d * Blattsalat: keine * Falafel: keine * Gartenkräuter-Dressing: l * Nektarine: keine * Salzkartoffeln Bio: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:452.52/108,5 | Fett:4,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:12,0g | davon Zucker:7,4g | Eiweiß:3,4g | Salz:0,8g

18.09.2026, Menü 10, Schonkost * Apfelmus: keine * Königsberger Klopse: a,a1,b,d,e,l * Königsberger Sauce: d,e * Möhrensalat: keine * Salzkartoffeln Bio: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:532.13/127,7 | Fett:7,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,9g | Kohlenhydrate:11,1g | davon Zucker:6,4g | Eiweiß:3,8g | Salz:1,1g