

Speiseplan

KW 40, 28.09.2026 - 04.10.2026

Standard

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



Montag 28.09.2026	Dienstag 29.09.2026	Mittwoch 30.09.2026	Donnerstag 01.10.2026	Freitag 02.10.2026
Linseneintopf mit Bio Linsen Putenwiener Vollkornbrötchen Pflirsich  a, a3, e, l	Fischfrikadelle Gemüse CousCous mit BIO Couscous Currydipp Quarkbällchen  1 a, a1, b, d, e, i, l	Hähnchenbrustschnitzel Wirsinggemüse Bio Salzkartoffeln Nektarine  a, a1, b, d, e	BIO Tortellini vegetarisch Tomatensoße Gurkensalat Kiwi  d, e, l	Geflügelfleischkäse , Stampfkartoffeln Bio Milch und Kartoffeln, Zwiebelsauce , Bohnensalat grün , Bio Banane  d, l
Linseneintopf mit Bio Linsen Wiener (vegetarisch) Vollkornbrötchen Pflirsich  a, a3, e	Gemüsebratling Gemüse CousCous mit BIO Couscous Currydipp Quarkbällchen  1 a, a1, a2, a3, b, d, e, j, l	Falafel Wirsinggemüse Bio Salzkartoffeln Nektarine  d, e		Sellerieschnitzel, Stampfkartoffeln Bio Milch und Kartoffeln, Zwiebelsauce , Bohnensalat grün , Bio Banane  d, e, l
Schonkost  a, a3, e, l	Schonkost  1 a, a1, b, d, e, i, l	Schonkost  16 a, a1, b, d, e		Schonkost  16 d, e, l
		Engelslocken natur blond (WfG)  a, a1, b		



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: 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 28.09.2026 - 04.10.2026

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

28.09.2026, Menü 1, Linseneintopf mit Bio Linsen Putenwiener Vollkornbrötchen Pfirsich * Linseneintopf: e * Pfirsich: keine * Putenwiener: e,l * Vollkornbrötchen: a,a3 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:548.89/131,3 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:19,1g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:6,6g | Salz:0,8g

28.09.2026, Menü 2, Linseneintopf mit Bio Linsen Wiener (vegetarisch) Vollkornbrötchen Pfirsich * Linseneintopf: e * Pfirsich: keine * Vollkornbrötchen: a,a3 * Wiener (vegetarisch): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:494.42/118,3 | Fett:0,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:21,1g | davon Zucker:3,4g | Eiweiß:5,7g | Salz:0,6g

28.09.2026, Menü 10, Schonkost * Apfelmus: keine * Linseneintopf: e * Putenwiener: e,l * Vollkornbrötchen: a,a3 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:611.74/146,4 | Fett:2,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:21,9g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:7,0g | Salz:0,9g

29.09.2026, Menü 1, Fischfrikadelle Gemüse CousCous mit BIO Couscous Currydipp Quarkbällchen * Currydipp: 1 b,d,l * Fischfrikadelle: a,a1,b,d,e,i,l * Gemüse Bio CousCous: e * Quarkbällchen: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:590.79/141,7 | Fett:8,0g | davon gesättigte Fettsäuren:2,5g | Kohlenhydrate:12,3g | davon Zucker:3,4g | Eiweiß:4,7g | Salz:1,4g

29.09.2026, Menü 2, Gemüsebratling Gemüse CousCous mit BIO Couscous Currydipp Quarkbällchen * Currydipp: 1 b,d,l * Gemüse Bio CousCous: e * Gemüsebratling: a,a1,a2,a3,b,e,j,l * Quarkbällchen: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:444.14/106,3 | Fett:5,6g | davon gesättigte Fettsäuren:2,2g | Kohlenhydrate:11,0g | davon Zucker:3,8g | Eiweiß:3,0g | Salz:1,2g

29.09.2026, Menü 4, Schonkost * Currydipp: 1 b,d,l * Fischfrikadelle: a,a1,b,d,e,i,l * Gemüse Bio CousCous: e * Quarkbällchen: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:590.79/141,7 | Fett:8,0g | davon gesättigte Fettsäuren:2,5g | Kohlenhydrate:12,3g | davon Zucker:3,4g | Eiweiß:4,7g | Salz:1,4g

30.09.2026, Menü 2, Hähnchenbrustschnitzel Wirsinggemüse Bio Salzkartoffeln Nektarine * Hähnchenbrustschnitzel: a,a1,b,d * Nektarine: keine * Salzkartoffeln Bio: keine * Wirsinggemüse: d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:335.2/80,5 | Fett:1,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:11,1g | davon Zucker:6,2g | Eiweiß:6,2g | Salz:0,7g

30.09.2026, Menü 3, Falafel Wirsinggemüse Bio Salzkartoffeln Nektarine * Falafel: keine * Nektarine: keine * Salzkartoffeln Bio: keine * Wirsinggemüse: d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:435.76/104,4 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:13,4g | davon Zucker:7,4g | Eiweiß:3,0g | Salz:0,6g

30.09.2026, Menü 4, Schonkost * Blumenkohl Gemüse: b,d,e * Früchtequark: 16 d * Hähnchenbrustschnitzel: a,a1,b,d * Salzkartoffeln Bio: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:406.43/97,3 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:10,1g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:8,2g | Salz:0,9g

30.09.2026, Menü 17, Engelslocken natur blond (WfG) * Engelslocken natur blond (WfG): a,a1,b * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:1646.67/393,9 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:74,2g | davon Zucker:0,6g | Eiweiß:15,4g | Salz:0,1g

01.10.2026, Menü 2, BIO Tortellini vegetarisch Tomatensoße Gurkensalat Kiwi * BIO Tortellini vegetarisch: e * Gurkensalat: d,l * Kiwi: keine * Tomatensoße Pasta : e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:389.67/93,1 | Fett:7,4g | davon gesättigte Fettsäuren:4,0g | Kohlenhydrate:4,9g | davon Zucker:3,7g | Eiweiß:1,4g | Salz:1,3g

02.10.2026, Menü 1, Geflügelfleischkäse Stampfkartoffeln Bio Milch und Kartoffeln Zwiebelsauce Bohnensalat grün Bio Banane * Banane Bio: keine * Bohnensalat grün: l * Geflügelfleischkäse: keine * Stampfkartoffeln Bio: d * Zwiebelsoße: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:703.92/168,1 | Fett:14,1g | davon gesättigte Fettsäuren:4,9g | Kohlenhydrate:2,8g | davon Zucker:1,7g | Eiweiß:7,0g | Salz:2,6g

02.10.2026, Menü 3, SELLERIESCHNITZEL Stampfkartoffeln Bio Milch und Kartoffeln Zwiebelsauce Bohnensalat grün Bio Banane * Banane Bio: keine * Bohnensalat grün: l * SELLERIESCHNITZEL: e * Stampfkartoffeln Bio: d * Zwiebelsoße: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:276.54/66,1 | Fett:5,1g | davon gesättigte Fettsäuren:2,2g | Kohlenhydrate:3,3g | davon Zucker:2,1g | Eiweiß:1,2g | Salz:1,9g

02.10.2026, Menü 4, Schonkost * Bohnensalat grün: l * Fruchtputee Pfirsich Maracuja: 16 * Ofensellerie: e * Stampfkartoffeln Bio: d * Zwiebelsoße: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:280.73/67,1 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:6,0g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:1,2g | Salz:1,3g