













# Speiseplan

KW 44, 28.10.2024 - 03.11.2024

Standard

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



Montag 28.10.2024	Dienstag 29.10.2024	Mittwoch 30.10.2024	Donnerstag 31.10.2024	Freitag 01.11.2024
Bandnudeln , Tomatensoße , Parmesankäse , Gurkensalat , Birnen   a, a1, b, d, e, l	Currywurst Bratkartoffeln Krautsalat Fruchtpüree Pfirsich Maracuja   16, d, e, l	Reisfleisch , Tzatziki , Blattsalat , Gartenkräuter-Dressing , Apfel   d, e, l	Gemüseintopf Roggenbrötchen Banane   a, a1, a3, b, e	Vollkornnudeln Lachs-Zitronen -Dill-Soße Rote Bete Salat Quarkbällchen   a, a1, b, d, e, i
Schonkost   16, a, a1, b, e	Vegetarische Bratwurst , Currywurstsauce , Bratkartoffeln , Krautsalat, Fruchtpüree Pfirsich Maracuja   16, a, a1, b, d, e, j, l	Gemüsereis , Tzatziki , Blattsalat , Gartenkräuter-Dressing , Apfel   d, e, l		Vollkornnudeln Erbsen-Tofu-Sahne Sauce Rote Bete Salat Quarkbällchen   a, a1, b, d, e, j
	Schonkost   16, e, l	Schonkost   16, d, e		Schonkost   a, a1, b, d, e, i

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

Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 16=Ascorbinsäure, 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

# Speiseplan

28.10.2024 - 03.11.2024

Standard

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



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 28.10.2024 - 03.11.2024

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

28.10.2024, Menü 1, Bandnudeln Tomatensoße Parmesankäse Gurkensalat Birnen \* Bandnudeln: a,a1,b \* Birnen: keine \* Gurkensalat: d,l \* Parmesankäse: d \* Tomatensoße Pasta : e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:490.23/117,4 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:18,8g | davon Zucker:6,7g | Eiweiß:3,0g | Salz:0,4g

28.10.2024, Menü 10, Schonkost \* Bandnudeln: a,a1,b \* Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 \* Möhrensalat: keine \* Tomatensoße Pasta : e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:427.38/102,9 | Fett:2,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:17,5g | davon Zucker:4,3g | Eiweiß:2,8g | Salz:0,3g

29.10.2024, Menü 1, Currywurst Bratkartoffeln Krautsalat Fruchtpüree Pfirsich Maracuja \* Currywurstsauce mild: e \* Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 \* Geflügelbratwurst 100 g: e,l \* Kartoffeln ( gebacken ): keine \* Weißkrautsalat ( cole slaw): d,e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:561.46/134,6 | Fett:7,8g | davon gesättigte Fettsäuren:2,6g | Kohlenhydrate:11,0g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:4,5g | Salz:1,4g

29.10.2024, Menü 2, Vegetarische Bratwurst Currywurstsauce Bratkartoffeln Krautsalat Fruchtpüree Pfirsich Maracuja \* Currywurstsauce mild: e \* Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 \* Kartoffeln ( gebacken ): keine \* Streuselkuchen Pflaume HmC: a,a1,b,d \* Vegetarische Bratwurst: a,b,e,j,l \* Weißkrautsalat ( cole slaw): d,e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:1261.19/301,0 | Fett:13,7g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:39,9g | davon Zucker:22,4g | Eiweiß:3,8g | Salz:0,1g

29.10.2024, Menü 5, Schonkost \* Currywurstsauce mild: e \* Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 \* Geflügelbratwurst 100 g: e,l \* Kartoffeln ( gebacken ): keine \* Möhrensalat: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:574.03/137,6 | Fett:8,3g | davon gesättigte Fettsäuren:2,3g | Kohlenhydrate:11,0g | davon Zucker:5,1g | Eiweiß:4,3g | Salz:1,3g

30.10.2024, Menü 1, Reisfleisch Tzatziki Blattsalat Gartenkräuter-Dressing Apfel \* Apfel: keine \* Blattsalat: keine \* Gartenkräuter-Dressing: l \* Reisfleisch: e \* Tzatziki: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:473.47/113,1 | Fett:2,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:17,1g | davon Zucker:5,5g | Eiweiß:4,8g | Salz:0,4g

30.10.2024, Menü 2, Gemüsereis Tzatziki Blattsalat Gartenkräuter-Dressing Apfel \* Apfel: keine \* Blattsalat: keine \* Gartenkräuter-Dressing: l \* Gemüsereis: e \* Tzatziki: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:372.91/89,5 | Fett:1,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:15,6g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:2,0g | Salz:0,5g

30.10.2024, Menü 10, Schonkost \* Bohnensalat: keine \* Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 \* Reisfleisch: e \* Tzatziki: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:481.85/115,9 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:16,6g | davon Zucker:4,4g | Eiweiß:5,0g | Salz:0,4g

31.10.2024, Menü 1, Gemüseeintopf Roggenbrötchen Banane \* Banane: keine \* Gemüseeintopf: a,a1,b,e \* Roggenbrötchen: a,a3 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:456.71/109,5 | Fett:0,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:22,6g | davon Zucker:8,8g | Eiweiß:2,9g | Salz:0,4g

01.11.2024, Menü 1, Vollkornnudeln Lachs-Zitronen -Dill-Soße Rote Bete Salat Quarkbällchen \* Lachs-Zitronen -Dill-Soße: d,e,i \* Quarkbällchen: a,a1,b,d \* Rote Bete Salat: keine \* Vollkornnudeln: a,a1 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:427.38/102,7 | Fett:4,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:12,1g | davon Zucker:2,9g | Eiweiß:3,7g | Salz:2,5g

01.11.2024, Menü 2, Vollkornnudeln Erbsen-Tofu-Sahne Sauce Rote Bete Salat Quarkbällchen \* Erbsen-Tofu-Sahne Sauce: d,e,j \* Quarkbällchen: a,a1,b,d \* Rote Bete Salat: keine \* Vollkornnudeln: a,a1 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:477.66/114,9 | Fett:5,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:12,8g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:4,1g | Salz:2,1g

01.11.2024, Menü 10, Schonkost \* Lachs-Zitronen -Dill-Soße: d,e,i \* Quarkbällchen: a,a1,b,d \* Rote Bete Salat: keine \* Vollkornnudeln: a,a1 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:427.38/102,7 | Fett:4,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:12,1g | davon Zucker:2,9g | Eiweiß:3,7g | Salz:2,5g