













# Speiseplan

KW 45, 03.11.2025 - 09.11.2025

Standard

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



Montag 03.11.2025	Dienstag 04.11.2025	Mittwoch 05.11.2025	Donnerstag 06.11.2025	Freitag 07.11.2025
Putengeschnetzeltes in Pilzrahm BIO Reis Bunter Krautsalat BIO Apfel  a, a1, d, e, l	Vegetarisches Schnitzel Kartoffel- Möhrenstampf aus BIO Kartoffeln Thymiansoße Früchtequark  16, a, b, d, e, j	Gemüseeintopf mit Bio Gemüse (Kartoffeln, Karotten und Blumenkohl) Vollkornbrötchen BIO Apfelmus  a, a1, a3, b, e	Kürbisrahmsuppe mit Bio Milch und Sahne Dampfnudeln Vanillesoße aus Bio Milch  a, a1, b, d, e	Geflügelhacksteak Tatziki Bratkartoffeln aus Bio Kartoffeln BIO Birne  a, a1, b, d, e, l
Pilzragout BIO Reis Bunter Krautsalat BIO Apfel  d, e, l	Schonkost  16, a, b, d, e, j	Schonkost  a, a1, a3, b, e	Schonkost  a, a1, b, d, e	Rote Bete Bratling Tatziki Bratkartoffeln aus Bio Kartoffeln BIO Birne  a, a1, b, d
Schonkost  a, a1, d, e				Schonkost  a, a1, b, d, e, l



DE-Öko-039

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, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 03.11.2025 - 09.11.2025

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

03.11.2025, Menü 1, Putengeschnetzeltes in Pilzrahm BIO Reis Bunter Krautsalat BIO Apfel \* Apfel Bio: keine \* Bunter Krautsalat: l \* Putengeschnetzeltes in Pilzrahm: a,a1,d \* Reis Bio: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:314.25/75,9 | Fett:5,2g | davon gesättigte Fettsäuren:2,3g | Kohlenhydrate:2,9g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,8g

03.11.2025, Menü 2, Pilzragout BIO Reis Bunter Krautsalat BIO Apfel \* Apfel Bio: keine \* Bunter Krautsalat: l \* Pilzragout : d,e \* Reis Bio: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:247.21/59,2 | Fett:4,9g | davon gesättigte Fettsäuren:2,7g | Kohlenhydrate:2,7g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:1,1g | Salz:0,9g

03.11.2025, Menü 12, Schonkost \* Apfelmus: keine \* Bohnensalat: keine \* Putengeschnetzeltes in Pilzrahm: a,a1,d \* Reis Bio: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:301.68/72,9 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:6,3g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:3,4g | Salz:0,5g

04.11.2025, Menü 3, Vegetarisches Schnitzel Kartoffel- Möhrenstampf aus BIO Kartoffeln Thymiansoße Früchtequark \* Früchtequark: 16, d \* Kartoffel- Möhrenstampf BIO: d \* Thymiansoße: e \* Vegetarisches Schnitzel: a,b,d,j \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:548.89/131,1 | Fett:6,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:10,3g | davon Zucker:4,6g | Eiweiß:7,4g | Salz:1,1g

04.11.2025, Menü 10, Schonkost \* Früchtequark: 16, d \* Kartoffel- Möhrenstampf BIO: d \* Thymiansoße: e \* Vegetarisches Schnitzel: a,b,d,j \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:548.89/131,1 | Fett:6,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:10,3g | davon Zucker:4,6g | Eiweiß:7,4g | Salz:1,1g

05.11.2025, Menü 1, Gemüse Eintopf mit Bio Gemüse (Kartoffeln, Karotten und Blumenkohl) Vollkornbrötchen BIO Apfelmus \* Apfelmus BIO: keine \* Gemüse Eintopf (vegetarisch) BIO: a,a1,b,e \* Vollkornbrötchen: a,a3 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:565.65/135,7 | Fett:0,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:26,6g | davon Zucker:2,0g | Eiweiß:4,6g | Salz:0,6g

05.11.2025, Menü 3, Schonkost \* Apfelmus BIO: keine \* Gemüse Eintopf (vegetarisch) BIO: a,a1,b,e \* Vollkornbrötchen: a,a3 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:565.65/135,7 | Fett:0,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:26,6g | davon Zucker:2,0g | Eiweiß:4,6g | Salz:0,6g

06.11.2025, Menü 1, Kürbisrahmsuppe mit Bio Milch und Sahne Dampfnudeln Vanillesoße aus Bio Milch \* Dampfnudeln : a,a1,b,d \* Kürbisrahmsuppe Bio: e \* Vanillesoße Bio: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:703.92/168,4 | Fett:5,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:25,4g | davon Zucker:5,6g | Eiweiß:3,4g | Salz:1,1g

06.11.2025, Menü 3, Schonkost \* Dampfnudeln : a,a1,b,d \* Kürbisrahmsuppe Bio: e \* Vanillesoße Bio: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:703.92/168,4 | Fett:5,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:25,4g | davon Zucker:5,6g | Eiweiß:3,4g | Salz:1,1g

07.11.2025, Menü 1, Geflügelhacksteak Tzatziki Bratkartoffeln aus Bio Kartoffeln BIO Birne \* Birne Bio: keine \* Geflügelfrikadellen : a,a1,b,d,e,l \* Kartoffeln BIO (gebacken): keine \* Tzatziki: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:691.35/165,7 | Fett:10,4g | davon gesättigte Fettsäuren:2,5g | Kohlenhydrate:9,0g | davon Zucker:2,0g | Eiweiß:8,8g | Salz:3,2g

07.11.2025, Menü 3, Rote Bete Bratling Tzatziki Bratkartoffeln aus Bio Kartoffeln BIO Birne \* Birne Bio: keine \* Kartoffeln BIO (gebacken): keine \* Rote Bete Bratling: a,a1,b,d \* Tzatziki: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:913.42/218,4 | Fett:15,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:15,6g | davon Zucker:3,5g | Eiweiß:3,9g | Salz:2,7g

07.11.2025, Menü 4, Schonkost \* Geflügelfrikadellen : a,a1,b,d,e,l \* Pudding: d \* Salzkartoffeln Bio: keine \* Tzatziki: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:87.99/21,1 | Fett:0,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:1,2g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:1,8g | Salz:0,5g