












# Speiseplan

KW 50, 09.12.2024 - 15.12.2024  
Standard

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



Montag 09.12.2024	Dienstag 10.12.2024	Mittwoch 11.12.2024	Donnerstag 12.12.2024	Freitag 13.12.2024
Russischer Hackfleischtopf Reis Bunter Krautsalat Mandarinen  d, e, l	Fagottini , Tomatensoße , Blattsalat , Apfel , Heimat-Dressing  a, a1, e, l	Fischfrikadelle Gemüse CousCous Kerbelsauce Hafer Apfel Joghurt  a, a1, a4, b, d, e, i, k, k1, l	Gemüse Pilz Ragout Röstiecken Milchreis Zimtucker  a, a1, b, d, e	Linseneintopf Putenwiener Roggenbrötchen Früchtequark  16, a, a3, d, e, l
Bolognesesauce vegan Reis Bunter Krautsalat Mandarinen  e, l	Schonkost  16, a, a1, e	Backfeta Gemüse CousCous Kerbelsauce Hafer Apfel Joghurt  a, a1, a4, d, e, k, k1	Schonkost  a, a1, b, d, e	Linseneintopf Wiener (vegetarisch) Roggenbrötchen Früchtequark  16, a, a1, a3, b, d, e, f, j, l
Schonkost  d, e, l				

Unsere liebevoll gekochten Speisen werden vorwiegend mit Zutaten aus der Region hergestellt.  
 Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 16=Ascorbinsäure, a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a3=Roggen, a4=Hafer, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

# Speiseplan

09.12.2024 - 15.12.2024

Standard

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



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 09.12.2024 - 15.12.2024

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

09.12.2024, Menü 1, Russischer Hackfleischtopf Reis Bunter Krautsalat Mandarinen \* Bunter Krautsalat: l \* Mandarinen: keine \* Reis: e \* Russischer Hackfleischtopf: d,e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:519.56/124,2 | Fett:5,8g | davon gesättigte Fettsäuren:2,3g | Kohlenhydrate:12,3g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:5,3g | Salz:0,5g

09.12.2024, Menü 2, Bolognesesauce vegan Reis Bunter Krautsalat Mandarinen \* Bolognesesauce vegan : e \* Bunter Krautsalat: l \* Mandarinen: keine \* Reis: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:322.63/77,3 | Fett:1,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:13,9g | davon Zucker:4,5g | Eiweiß:1,6g | Salz:0,7g

09.12.2024, Menü 12, Schonkost \* Apfelmus: keine \* Bohnensalat: keine \* Reis: e \* Russischer Hackfleischtopf: d,e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:532.13/127,8 | Fett:5,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,8g | Kohlenhydrate:13,3g | davon Zucker:4,8g | Eiweiß:5,2g | Salz:0,5g

10.12.2024, Menü 1, Fagottini Tomatensoße Blattsalat Apfel Heimat-Dressing \* Apfel: keine \* Blattsalat: keine \* Fagottini: a,a1,e \* Heimat-Dressing: l \* Tomatensoße : e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:444.14/106,2 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:16,3g | davon Zucker:5,3g | Eiweiß:2,9g | Salz:0,7g

10.12.2024, Menü 10, Schonkost \* Fagottini: a,a1,e \* Fruchtputee Pfirsich Maracuja: 16 \* Möhrensalat: keine \* Tomatensoße : e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:456.71/109,5 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:16,1g | davon Zucker:4,8g | Eiweiß:3,0g | Salz:0,7g

11.12.2024, Menü 1, Fischfrikadelle Gemüse CousCous Korbelsauce Hafer Apfel Joghurt \* Fischfrikadelle: a,a1,b,d,e,i,l \* Gemüse CousCous: e \* Hafer Apfel Joghurt: a,a4,d,k,k1 \* Korbelsauce: d,e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:565.65/135,0 | Fett:5,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:15,4g | davon Zucker:2,9g | Eiweiß:5,6g | Salz:0,9g

11.12.2024, Menü 2, Backfeta Gemüse CousCous Korbelsauce Hafer Apfel Joghurt \* Backfeta : a,a1,d \* Gemüse CousCous: e \* Hafer Apfel Joghurt: a,a4,d,k,k1 \* Korbelsauce: d,e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:674.59/161,3 | Fett:8,3g | davon gesättigte Fettsäuren:3,5g | Kohlenhydrate:14,8g | davon Zucker:2,5g | Eiweiß:6,2g | Salz:0,8g

12.12.2024, Menü 1, Gemüse Pilz Ragout Röstiecken Milchreis Zimtzucker \* Gemüse Pilz Ragout: e \* Milchreis: d \* Röstiecken: a,a1,b,d \* Zimtzucker: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:532.13/127,3 | Fett:5,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:17,1g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,7g

12.12.2024, Menü 10, Schonkost \* Gemüse Pilz Ragout: e \* Milchreis: d \* Röstiecken: a,a1,b,d \* Zimtzucker: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:532.13/127,3 | Fett:5,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:17,1g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,7g

13.12.2024, Menü 1, Linseneintopf Putenwiener Roggenbrötchen Früchtequark \* Früchtequark: 16, d \* Linseneintopf: e \* Putenwiener: e,l \* Roggenbrötchen: a,a3 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:687.16/164,1 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:21,9g | davon Zucker:3,6g | Eiweiß:8,6g | Salz:1,0g

13.12.2024, Menü 2, Linseneintopf Wiener (vegetarisch) Roggenbrötchen Früchtequark \* Früchtequark: 16, d \* Linseneintopf: e \* Roggenbrötchen: a,a3 \* Wiener (vegetarisch) 40 g: a,a1,b,e,f,j,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:653.64/156,8 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:21,2g | davon Zucker:3,6g | Eiweiß:7,7g | Salz:1,1g