








Speiseplan

KW 49, 30.11.2020 - 04.12.2020
 Kita Zukunftswerkstatt

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



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
 Tortellini / Tomatensauce / Blattsalat / Heimdressing / Mini Berliner a,a1,d,e,l	 Putengeschnetzeltes / fruchtige Currysauce / Reis / Möhrensalat / Apfel e	 Linseneintopf / Wiener (Geflügel) / Vollkornbrötchen / Blaubeeren - Muffin a,a1,a3,b,d,e,l	 Kichererbsensuppe / Pfannkuchen / Zimtucker / Apfelmus a,a1,b,d,e,l	 Fischstäbchen / Rahmspinat / Salzkartoffeln / Apfelquarkspeise a,a1,b,d,e,i,j
	 Gemüsefrikassee / fruchtige Currysauce / Reis / Möhrensalat / Apfel e	 Linseneintopf / Wiener (vegetarisch) / Vollkornbrötchen / Blaubeeren - Muffin a,a1,a3,b,d,e,f,j,l		

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

Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a3=Roggen, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

Speiseplan

30.11.2020 - 04.12.2020
Kita Zukunftswerkstatt

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



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 30.11.2020 - 04.12.2020

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

30.11.2020, Menü 1, Tortellini / Tomatensauce / Blattsalat / Heimdressing / Mini Berliner * Berliner Mini: a,a1,d * Blattsalat: keine * Heimdressing: l * Tomatensoße : e * Tortellini: a,a1,e,l * Nährwerte: 100gr | Kcal:142,8kcal | F:3,9g | gesFS:0,7g | KH:21,6g | Zu:4,1g | Ew:5,2g | Salz:1,0g

01.12.2020, Menü 1, Putengeschnetzeltes / fruchtige Currysauce / Reis / Möhrensalat / Apfel * Apfel: keine * Möhrensalat: keine * Putengeschnetzeltes in Currysauce: e * Reis: e * Nährwerte: 100gr | Kcal:110,1kcal | F:4,3g | gesFS:0,3g | KH:13,4g | Zu:4,4g | Ew:4,5g | Salz:0,9g

01.12.2020, Menü 2, Gemüsefrikassee / fruchtige Currysauce / Reis / Möhrensalat / Apfel * Apfel: keine * Gemüsefrikassee Curry: keine * Möhrensalat: keine * Reis: e * Nährwerte: 100gr | Kcal:63,2kcal | F:1,4g | gesFS:0,2g | KH:11,3g | Zu:3,6g | Ew:1,1g | Salz:0,5g

02.12.2020, Menü 1, Linseneintopf / Wiener (Geflügel) / Vollkornbrötchen / Blaubeeren- Muffin * Blaubeer-Muffin: a,a1,b,d * Linseneintopf: e * Vollkornbrötchen: a,a3 * Wiener (Geflügel): e,l * Nährwerte: 100gr | Kcal:308,6kcal | F:7,0g | gesFS:1,6g | KH:45,5g | Zu:7,9g | Ew:12,9g | Salz:1,5g

02.12.2020, Menü 2, Linseneintopf / Wiener (vegetarisch) / Vollkornbrötchen / Blaubeeren- Muffin * Blaubeer-Muffin: a,a1,b,d * Linseneintopf: e * Vollkornbrötchen: a,a3 * Wiener (vegetarisch): a,a1,b,e,f,j,l * Nährwerte: 100gr | Kcal:284,1kcal | F:7,2g | gesFS:0,8g | KH:41,0g | Zu:7,2g | Ew:11,4g | Salz:1,6g

03.12.2020, Menü 1, Kichererbsensuppe / Pfannkuchen / Zimtucker / Apfelmus * Apfelmus: keine * Kichererbsensuppe: e,l * Pfannkuchen: a,a1,b,d * Zimtucker: keine * Nährwerte: 100gr | Kcal:97,5kcal | F:2,1g | gesFS:0,6g | KH:15,6g | Zu:6,0g | Ew:3,5g | Salz:0,5g

04.12.2020, Menü 1, Fischstäbchen / Rahmspinat / Salzkartoffeln / Apfelquarkspeise * Apfelquarkspeise: a,a1,b,d,j * Fischstäbchen: a,a1,b,i * Rahmspinat: d,e * Stampfkartoffeln: d * Nährwerte: 100gr | Kcal:94,6kcal | F:2,4g | gesFS:0,6g | KH:12,3g | Zu:4,2g | Ew:5,4g | Salz:0,7g