






# Speiseplan

KW 11, 15.03.2021 - 19.03.2021  
 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
 Gulaschsuppe / Vollkornbrötchen / Obstsalat a,a1,a3,e,j	 Kartoffel - Spinat Auflauf / Tomatesauce / Gurkensalat / FruchtJoghurt 16, d,e,l	 Fischfrikadelle / Kräutersauce / Risi - Pisi / Quarkbällchen a,a1,b,d,e,i,l	 Gemüsesuppe / Pizza Margherita / Karotten - Mais - Salat / Banane a,a1,b,d,e	 Engelslocken / Alblinsenbolognese / Parmesankäse / Blattsalat / Heimdressing / Buttermilch - Joghurt - Drink Aprikose a,a1,b,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, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

# Speiseplan

15.03.2021 - 19.03.2021  
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 15.03.2021 - 19.03.2021

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

15.03.2021, Menü 1, Gulaschsuppe / Vollkornbrötchen / Obstsalat \* Gulaschsuppe: a,a1,e,j \* Obstsalat fertiger: keine \* Vollkornbrötchen: a,a3 \* Nährwerte: 100gr | Kcal:117,6kcal | F:3,2g | gesFS:0,2g | KH:16,1g | Zu:4,6g | Ew:5,7g | Salz:0,4g

16.03.2021, Menü 1, Kartoffel-Spinat Auflauf / Tomatesauce / Gurkensalat / Fruchtjoghurt \* Fruchtjoghurt: 16, d \* Gurkensalat: d,l \* Kartoffel-Spinat Auflauf: d,e \* Tomatensoße : e \* Nährwerte: 100gr | Kcal:93,4kcal | F:5,4g | gesFS:2,6g | KH:8,5g | Zu:4,5g | Ew:2,2g | Salz:1,0g

17.03.2021, Menü 1, Fischfrikadelle / Kräutersauce / Risi-Pisi / Quarkbällchen \* Fischfrikadelle: a,a1,b,d,e,i,l \* Kräutersauce: d,e \* Quarkbällchen: a,a1,b,d \* Risi-Pisi: e \* Nährwerte: 100gr | Kcal:139,7kcal | F:4,4g | gesFS:1,2g | KH:19,5g | Zu:2,7g | Ew:5,2g | Salz:0,9g

18.03.2021, Menü 1, Gemüsesuppe / Pizza Margherita / Karotten-Mais-Salat / Banane \* Banane: keine \* Gemüsesuppe italienisch: a,a1,b,e \* Karotten-Maissalat: e \* Pizza Margherita: a,a1,d \* Pizza Margherita kl.: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:116,3kcal | F:3,7g | gesFS:1,8g | KH:16,4g | Zu:7,8g | Ew:3,8g | Salz:0,6g

19.03.2021, Menü 1, Engelslocken / Alblinsenbolognese / Parmesankäse / Blattsalat / Heimatdressing / Buttermilch-Joghurt-Drink Aprikose \* Blattsalat: keine \* Bolognesesauce (Linsen): e \* Buttermilch Joghurt Drink Aprikose: d \* Engelslocken gekocht: a,a1,b \* Heimat-Dressing: l \* Parmesankäse: d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:150,6kcal | F:2,3g | gesFS:0,7g | KH:23,8g | Zu:2,5g | Ew:7,2g | Salz:0,4g