






Speiseplan

KW 01, 02.01.2023 - 06.01.2023
 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
 Fagottini / Tomatensauce / Gurkensalat / Mandarinen a,a1,d,e,l	 kräftige Erbsensuppe Putenwiener Schusterjungs Stracciatella Joghurt a,a3,d,e,l	 Fischfrikadelle Gemüse CousCous Kerbelsauce Quarkbällchen a,a1,b,d,e,i,l	 Rahmspinat Salzkartoffeln Rührei Apfel b,d,e	 Putengeschnetzeltes in Apfelrahmsauce Röstiecken Bohnensalat Banane a,a1,b,d,e

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

Speiseplan

02.01.2023 - 06.01.2023

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 02.01.2023 - 06.01.2023

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

02.01.2023, Menü 1, Fagottini / Tomatensauce / Gurkensalat / Mandarinen * Fagottini: a,a1,e * Gurkensalat: d,l * Mandarinen: keine * Tomatensoße : e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:511.18/122,0 | Fett:5,6g | davon gesättigte Fettsäuren:3,3g | Kohlenhydrate:14,2g | davon Zucker:4,6g | Eiweiß:2,9g | Salz:0,9g

03.01.2023, Menü 1, kräftige Erbsensuppe Putenwiener Schusterjungs Stracciatella Joghurt * kräftige Erbsensuppe : e * Putenwiener: e,l * Schusterjungs: a,a3 * Stracciatella Joghurt: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:565.65/135,5 | Fett:5,1g | davon gesättigte Fettsäuren:2,5g | Kohlenhydrate:16,0g | davon Zucker:4,8g | Eiweiß:5,9g | Salz:0,9g

04.01.2023, Menü 1, Fischfrikadelle Gemüse CousCous Kerbelsauce Quarkbällchen * Fischfrikadelle: a,a1,b,d,e,i,l * Gemüse CousCous: e * Kerbelsauce: d,e * Quarkbällchen: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:578.22/138,9 | Fett:5,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:17,6g | davon Zucker:2,9g | Eiweiß:5,5g | Salz:1,1g

05.01.2023, Menü 1, Rahmspinat Salzkartoffeln Rührei Apfel * Apfel: keine * Rahmspinat: d,e * Rührei: b,d * Salzkartoffeln: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:385.48/92,1 | Fett:4,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:9,5g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:3,6g | Salz:0,5g

06.01.2023, Menü 1, Putengeschnetzeltes in Apfelrahmsauce Röstiecken Bohnensalat Banane * Banane: keine * Bohnensalat: keine * Putengeschnetzeltes in Apfelrahmsauce: d,e * Röstiecken: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:498.61/119,6 | Fett:4,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:16,4g | davon Zucker:8,6g | Eiweiß:3,1g | Salz:0,6g