





Speiseplan

KW 04, 23.01.2023 - 27.01.2023

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
 Knöpfe Käsesauce Röstzwiebeln Blattsalat Heimat - Dressing Apfel a,a1,b,d,e,l	 Putengeschnetzeltes in Currysauce Reis Gurkensalat FRuchtpüree 16, d,e,l	 Vollkornnudeln Fischragout in Tomatensahnesauce Pflaumenkompott a,a1,b,d,e,i,j	 Linseneintopf Wiener (vegetarisch) Vollkornbrötchen Schokopudding a,a1,a3,b,d,e,f,j,l	 Hähnchennuggets Kräuter Dip Kartoffeln gegarte (gebacken) Blumenkohl - Curcuma Salat Mandarinen 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, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, l=Senf

Speiseplan

23.01.2023 - 27.01.2023

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 23.01.2023 - 27.01.2023

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

23.01.2023, Menü 1, Knöpfe Käsesauce Röstzwiebeln Blattsalat Heimat-Dressing Apfel * Apfel: keine * Blattsalat: keine * Heimat-Dressing: l * Käsesauce: d,e * Knöpfe: a,a1,b,d,e * Röstzwiebeln: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:506.99/121,2 | Fett:4,8g | davon gesättigte Fettsäuren:2,0g | Kohlenhydrate:15,2g | davon Zucker:5,4g | Eiweiß:3,8g | Salz:0,7g

24.01.2023, Menü 1, Putengeschnetzeltes in Currysauce Reis Gurkensalat FRuchtpüree * Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 * Gurkensalat: d,l * Putengeschnetzeltes in Currysauce: e * Reis: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:477.66/114,0 | Fett:4,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:12,8g | davon Zucker:3,7g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,8g

25.01.2023, Menü 1, Vollkornnudeln Fischragout in Tomatensahnesauce Pflaumenkompott * Fischragout in Tomatensahnesauce: a,a1,b,d,e,i * Pflaumenkompott Nachtisch: a,a1,b,d,j * Vollkornnudeln: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:398.05/95,8 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:11,0g | davon Zucker:4,5g | Eiweiß:4,5g | Salz:2,2g

26.01.2023, Menü 1, Linseneintopf Wiener (vegetarisch) Vollkornbrötchen Schokopudding * Linseneintopf: e * Schokopudding: d * Schusterjungs: a,a3 * Wiener (vegetarisch) 40 g: a,a1,b,e,f,j,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:741.63/177,9 | Fett:4,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:24,3g | davon Zucker:4,1g | Eiweiß:8,7g | Salz:1,0g

27.01.2023, Menü 1, Hähnchennuggets Kräuter Dip Kartoffeln gegarte (gebacken) Blumenkohl-Curcuma Salat Mandarinen * Blumenkohl-Curcuma Salat: d,l * Hähnchennuggets: a,a1,b,d,e * Kartoffeln gegarte (gebacken): keine * Kräuter Dip: d * Mandarinen: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:544.7/130,3 | Fett:6,5g | davon gesättigte Fettsäuren:2,0g | Kohlenhydrate:11,4g | davon Zucker:3,6g | Eiweiß:6,0g | Salz:1,3g