





Speiseplan

KW 12, 20.03.2023 - 24.03.2023
 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
 Bandnudeln Putenschinkensahnesauce Möhrensalat Apfel a,a1,b,d,e	 Gemüse Pilz Ragout Röstiecken Quarkbällchen a,a1,b,d,e	 Fischragout in Tomatensahnesauce Reis Rote Beete RohkostSalat Schokopudding a,a1,b,d,e,i		 Putensteak Wirsinggemüse Salzkartoffeln Früchtequark 16, d,e

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

Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 16=Ascorbinsäure, a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse

Speiseplan

20.03.2023 - 24.03.2023

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 20.03.2023 - 24.03.2023

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

20.03.2023, Menü 1, Bandnudeln Putenschinkensahnesauce Möhrensalat Apfel * Apfel: keine * Bandnudeln: a,a1,b * Möhrensalat: keine * Putenschinkensahnesauce: d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:427.38/102,0 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:16,5g | davon Zucker:3,7g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,3g

21.03.2023, Menü 1, Gemüse Pilz Ragout Röstiecken Quarkbällchen * Gemüse Pilz Ragout: e * Quarkbällchen: a,a1,b,d * Röstiecken: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:607.55/145,0 | Fett:6,7g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:17,7g | davon Zucker:2,5g | Eiweiß:2,6g | Salz:1,0g

22.03.2023, Menü 1, Fischragout in Tomatensahnesauce Reis Rote Beete RohkostSalat Schokopudding * Fischragout in Tomatensahnesauce: a,a1,b,d,e,i * Reis: e * Rote Beete RohkostSalat: keine * Schokopudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:490.23/117,5 | Fett:4,5g | davon gesättigte Fettsäuren:2,1g | Kohlenhydrate:13,8g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:5,0g | Salz:0,8g

24.03.2023, Menü 2, Putensteak Wirsinggemüse Salzkartoffeln Früchtequark * Früchtequark: 16, d * Putensteak: keine * Salzkartoffeln: keine * Wirsinggemüse: d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:368.72/88,6 | Fett:2,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:10,0g | davon Zucker:3,4g | Eiweiß:7,2g | Salz:0,5g