






# Speiseplan

KW 02, 08.01.2024 - 12.01.2024  
 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 WaldorfSalat Birne 1, a, a1, b, d, e, l	 Currywurst Currywurstsauce Bratkartoffeln Krautsalat Fruchtpüree Pfirsich Maracuja 16, d, e, l	 Vollkornnudeln Lachs - Zitronen - Dill - Soße Blattsalat Gartenkräuter - Dressing Kirschenkompott a, a1, b, d, e, i, j, l	 Linseneintopf Wiener (vegetarisch) 40 g Roggenbrötchen Stracciatella Joghurt a, a1, a3, b, d, e, f, j, l	 Blumenkohlsuppe Hähnchennuggets Kräuter Dip Süßkartoffel - Kürbis - Kokos Stampf Quarkbällchen a, a1, b, d, e

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

Änderungen vorbehalten Kennzeichnung: 1=Farbstoff, 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

08.01.2024 - 12.01.2024  
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 08.01.2024 - 12.01.2024

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

08.01.2024, Menü 1, Knöpfe Käsesauce Röstzwiebeln WaldorfSalat Birne \* Birnen: keine \* Käsesauce: d,e \* Knöpfe: a,a1,b,d,e \* Röstzwiebeln: a,a1 \* WaldorfSalat: 1, b,d,e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:548.89/131,6 | Fett:5,0g | davon gesättigte Fettsäuren:2,3g | Kohlenhydrate:17,6g | davon Zucker:7,7g | Eiweiß:3,9g | Salz:0,7g

09.01.2024, Menü 1, Currywurst Currywurstsauce Bratkartoffeln Krautsalat Fruchtpüree Pfirsich Maracuja \* Currywurstsauce mild: e \* Fruchtpüree Pfirsich Maracuja: 16 \* Geflügelbratwurst 100 g: e,l \* Kartoffeln (gebacken): keine \* Weißkrautsalat (cole slaw): d,e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:561.46/134,6 | Fett:7,8g | davon gesättigte Fettsäuren:2,6g | Kohlenhydrate:11,0g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:4,5g | Salz:1,4g

10.01.2024, Menü 1, Vollkornnudeln Lachs-Zitronen -Dill-Soße Blattsalat Gartenkräuter-Dressing Kirschenkompott \* Blattsalat: keine \* Gartenkräuter-Dressing: l \* Kirschenkompott: a,a1,b,d,j \* Lachs-Zitronen -Dill-Soße: d,e,i \* Vollkornnudeln: a,a1 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:351.96/84,9 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:10,8g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:2,7g | Salz:2,0g

11.01.2024, Menü 1, Linseneintopf Wiener (vegetarisch) 40 g Roggenbrötchen Stracciatella Joghurt \* Linseneintopf: e \* Roggenbrötchen: a,a3 \* Stracciatella Joghurt: d \* Wiener (vegetarisch) 40 g: a,a1,b,e,f,j,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:750.01/179,8 | Fett:5,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,7g | Kohlenhydrate:22,4g | davon Zucker:3,8g | Eiweiß:8,7g | Salz:1,0g

12.01.2024, Menü 1, Blumenkohlsuppe Hähnchennuggets Kräuter Dip Süßkartoffel-Kürbis-Kokos Stampf Quarkbällchen \* Blumenkohlsuppe: d,e \* Hähnchennuggets: a,a1,b,d,e \* Kräuter Dip: d \* Quarkbällchen: a,a1,b,d \* Süßkartoffel-Kürbis-Kokos Stampf: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:703.92/168,4 | Fett:9,2g | davon gesättigte Fettsäuren:2,6g | Kohlenhydrate:13,9g | davon Zucker:2,9g | Eiweiß:7,4g | Salz:1,2g