

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 08.01. - 14.01.



Fleisch & Fisch

Beilagen & Soßen

Veggie-Point

Salat- und Dessertbar

Mo
08.01.

Mini-Geflügelbällchen; in Rahmsoße G, G1, M, Me, La, S

helles Marktgemüse S
Langkornreis
Gabel-Spaghetti G, G1

Tortelloni mit Käsefüllung G, G1, Ei, M, Me, La
Gabel-Spaghetti G, G1
Tomaten-Mozzarella-Soße M, Me, La
Gouda gerieben M

täglich wechselndes Angebot*

Di
09.01.

Tomatensuppe; mit Rindfleischklößchen G, G1, Ei
Kartoffelsuppe "Sächsische Art"; mit geschnittener Wiener Wurst 20, 3 M, Me, La, S, Sn

Mini-Brötchen-Mix G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se

Brokkolicremesuppe G, G1, M, Me, La, S
Kaiserschmarrn; ohne Rosinen (geschnittener Eierpfannkuchen) G, G1, Ei, M, Me, La
Apfelmus 03

täglich wechselndes Angebot*

Mi
10.01.

Herzhaftes Rindergulasch S, Sn

Apfelrotkohl
Kartoffelklöße Ei, M, Me, La
Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste"

"Vit"-Schnitzel | Gemüseschnitzel aus Kohlrabi und Pastinake in knuspriger Haferflocken-Panade G, G1, G4, M, Me
Pfannengemüse in Kräuterbutter M, Me, La, S, Sn
Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste"

täglich wechselndes Angebot*

Do
11.01.

Hähnchenbrustfilet; in Tomaten-Kräuter-Sugo G, G1
Fischfrikadelle G, G1, F

Buntes Gartengemüse "naturell"
Möhren in Sahnesoße G, G1, M, Me, La
Stampfkartoffeln M, Me, La
Basmatireis, Fairtrade

Gemüsecurry Sn
Basmatireis, Fairtrade

täglich wechselndes Angebot*

Fr
12.01.

Leberkäse; vom Rind und Schwein in deftiger Braten-Senfsoße 20, 3 Ei, S, Sn

Grüne Bohnen "naturell"
Gelbe Wachsbohnen | mild mariniert
Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste"

Pilzragout nach "Jäger Art" G, G1, M, Me, La, S
Spätzle G, G1, Ei

täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 15.01. - 21.01.



	Fleisch & Fisch	Beilagen & Soßen	Veggie-Point	Salat- und Dessertbar
Mo 15.01.	Schweinegulasch "Hausfrauen Art" ^s 🍖 🍷	Blumenkohl-Brokkoli "naturell" Kartoffelkroketten (G), Ei, (Sb), M, Me, La, (S), (Se) Bandnudeln ^{G, G1} 🌿	Seelenwärmer Apfel-Zimt-Milchreis ^{M, Me, La} Vegetarische Moussaka; mit Soja ^{G, G1, G3, Sb, M, Me, La, S} 🌿	täglich wechselndes Angebot*
Di 16.01.	Kalbshacksteak; in Rahmsoße ^{G, G1, Ei, M, Me, La, S} 🍷	Wirsinggemüse ^{G, G1, M, Me, La} Bunter Gemüsereis Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste" 🌿	Veggie-Currywurst aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße ^{G, G1, Ei, Sb, Sn} Wellenschnittpommes 🌿	täglich wechselndes Angebot*
Mi 17.01.	Knusper Fischlis aus Alaska-Seelachs ^{G, G1, (Ei), Fi, (M), (Me), (La), (Sn)} Rindfleischklößchen "Köttbullar"; in Sahnesoße mit Preiselbeeren ^{G, G1, Ei, M, Me, La, S} 🍷 🐟	Kaisergemüse "naturell" Wildreismischung mit Gemüse Röstkartoffeln Dillrahmsoße ^{G, G1, M, Me, La, S} 🌿	Veggie "Bullar" Veggie-Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in Soße "Köttbullar Art" ^{G, G1, Ei, Sb, M, Me, La, S} Wildreismischung mit Gemüse 🌿	täglich wechselndes Angebot*
Do 18.01.	Zwiebel-Sahne-Hähnchen; überbacken mit Emmentaler-Käse ^{G, G1, M, Me, La} 🍷	Fingermöhren "naturell" Erbsen Petersilienkartoffeln 🌿 🍷	Veggie-Schnitzel, Sojaschnitzel in goldbraun gebackener Panade ^{G, G1, Sb} Omas Kartoffelschmaus Kartoffelwürfel in würziger Soße mit Gurkenstreifen und Dill ^{S, Sn} 🌿 🍷	täglich wechselndes Angebot*
Fr 19.01.	Panierte Jagdwurstscheibe; vom Schwein ^{20, 3 G, G1, Sn} 🍖	Tomatensoße à la Italia ^s Blumenkohl-Bohnen-Mix gewürzt ^{Sn} Spiralnudeln ^{G, G1} Stampfkartoffeln ^{M, Me, La} 🌿	Vegetarisches Chili ^{G, G1, G3, Sb} Pita-Brötchen; kleines Fladenbrot aus Weizenmehl ^{G, G1, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), (Lp)} 🌿 🍷	täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 22.01. - 28.01.



	Fleisch & Fisch	Beilagen & Soßen	Veggie-Point	Salat- und Dessertbar
Mo 22.01.	Hühnerfrikassee "Frühlings Art" <small>G, G1, M, Me, La,</small> S	Grüner Gemüsemix "naturell" Langkornreis B	Kräuterquark <small>M</small> Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste" Lockerer Couscous mit buntem Gemüse <small>G, G1, Sb</small> Falafelbällchen <small>Sn</small> B	täglich wechselndes Angebot*
Di 23.01.	Jagdwurstgulasch; in milder Tomatensoße <small>20, 3 Sn</small> M	Buntes Marktgemüse "naturell" <small>S</small> Kartoffelpüree <small>M, Me, La</small> Hörnchen-Nudeln <small>G, G1</small> Gouda gerieben <small>M</small>	Veggie-Geschnetzeltes à la Italia <small>G, G1, G4</small> Polenta aus Maisgrieß <small>M, Me, La</small> B	täglich wechselndes Angebot*
Mi 24.01.	Nudel-Gemüse-Menü "Kickers" (mit Geflügelbällchen) <small>G, G1, Ei, S</small> Herzhafte Kartoffelsuppe "Holsteiner Art" (mit geschnittener Wurst) <small>20 M, Me, La, S</small> M	Vollkornbrötchen <small>G, G1, G3, G4, (E), (Sf)</small> B	Süßkartoffelsuppe mit Ingwer <small>M, Me, La</small> Grießbrei <small>G, G1, M, Me, La</small> Rote Fruchtgrütze B	täglich wechselndes Angebot*
Do 25.01.	Alaska-Seelachsschnitte (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in feiner Tomatensoße <small>Ei, S</small> B	Blumenkohl-Brokkoli "naturell" Langkornreis Stampfkartoffeln <small>M, Me, La</small> B	"Volles Korn" Dinkel-Gemüse-Pfanne "mediterrane Art" <small>G, G5</small> Kartoffelpfanne "vegetarisch" Gemüsesoße aus Pastinake, Kürbis und Möhren <small>M, Me</small> B	täglich wechselndes Angebot*
Fr 26.01.	Hackbraten; vom Rind und Schwein in einer herzhaften Bratensoße <small>G, G1, Ei, S, Sn</small> M	Gemüse "Leipziger Allerlei" Petersilienkartoffeln Steakhouse frites B	Bulgur-Curry-Pfanne <small>G, G1, Sn</small> Linsenbällchen; aus Kartoffeln und braunen Linsen <small>G, G4, Ei</small> "Sour-Cream"-Dip aus Creme auf Haferbasis mit Knoblauch und Petersilie <small>3 G, G4, S</small> B	täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 29.01. - 04.02.



Fleisch & Fisch

Beilagen & Soßen

Veggie-Point

Salat- und Dessertbar

Mo 29.01. Omelette "Bauernschmaus" ^{20, 3} Ei, M, Me, La
Pfannengericht "Königsberger Art" mit Geflügelbällchen, Erbsen, Fingermöhren und Salzkartoffeln _{G, G1, Ei, M, Me, La, Sn}

Gurkensticks

Rührei _{Ei, M, Me, La}
Rahmspinat _{M, Me, La}
Kräuterkartoffeln

täglich wechselndes Angebot*

Di 30.01. Alaska-Seelachsschnitte in Senf-Kräutersoße; aus nachhaltiger Fischwirtschaft _{Fi, M, Me, La, S, Sn}

Fingermöhren "naturell"
Erbsen
Stampfkartoffeln _{M, Me, La}
Langkornreis

Veggie-Bällchen "Fresh kick"; Vegetarisches Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße _{G, G1, Ei, Sb, M, Me, La}
Erbsen
Fingermöhren "naturell"
Langkornreis

täglich wechselndes Angebot*

Mi 31.01. Kartoffelgulaschtopf (mit Rind) _S
Grüne Bohnen-Eintopf (mit Rind) _S

Vollkornbrötchen _{G, G1, G3, G4, (E), (Sf)}

Blaubeerpfannkuchen _{G, G1, Ei, M, Me, La}
Pfannkuchen "Natur" _{G, G1, Ei, M, Me, La}
Vanillesoße _{G, G1, M, Me, La}
Apfelmus ₀₃

täglich wechselndes Angebot*

Do 01.02. Rinderbolognese _{G, G1, S}
Nudel-Auflauf | mit Thunfisch-Tomaten-Soße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) _{G, G1, G4, Ei, Fi, S}

Vollkornspiralnudeln _{G, G1}
Spaghetti _{G, G1}
Gouda gerieben _M

Vegetarische Bolognese _{G, G1, G3, S}
Vollkornspiralnudeln _{G, G1}
Gouda gerieben _M

täglich wechselndes Angebot*

Fr 02.02. Geflügelbratwurst ₃

Sauerkraut (ohne Speck)
Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste"
Kartoffelpüree _{M, Me, La}
Geflügelsoße _{M, Me, La, S}

Veggie Gulasch "new classic" | aus Soja und Weizen in cremiger Soße _{G, G1, Ei, Sb, M, Me, La}
Buttergemüse _{M, Me, La}
Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste"

täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 05.02. - 09.02.



	Fleisch & Fisch	Beilagen & Soßen	Veggie-Point	Salat- und Dessertbar
Mo 05.02.	Heringsfilet in Sahnesauce <small>Ei, Fi, M</small> 🐟	Erbsen und Möhren "naturell" Röstkartoffeln Petersilienkartoffeln 🌿 🍷	"Veggie meets classic"; vegetarischer Gemüsebraten in einer Pilzsoße <small>G, G1, Sb, S, Sn</small> Röstkartoffeln Goldgelb gebackener Pfannkuchen mit einer würzigen Füllung aus Spinat und Käse <small>G, G1, Ei, M, Me, La</small> 🌿	täglich wechselndes Angebot*
Di 06.02.	Erbsensuppe; mit Wiener Wurst vom Schwein <small>20, 3 S, Sn</small> Nudelauflauf "Hawaii-style" Fusilli in köstlich-cremiger Soße mit Ananas und Pute <small>20, 3 G, G1, M, Me, La</small> 🍷 🐔	Brötchen <small>G, G1</small> 🌿 🍷	Vegetarische Kartoffelsuppe <small>s</small> Gemüsesuppe mit Muschelnudeln <small>G, G1, S</small> 🌿 🍷	täglich wechselndes Angebot*
Mi 07.02.	Rinderfrikadellen in Bratensoße <small>G, G1, Ei</small> 🍷	Kaisergemüse "naturell" Frühlingspüree <small>M, Me, La</small> Bratkartoffeln mit Speck <small>20, 3</small> 🍷	Quarkkeulchen Apfelmus <small>03</small> Karottencremesuppe (BIO) <small>G, G1, M, Me, La</small>	täglich wechselndes Angebot*
Do 08.02.	Chicken-Nuggets aus Hähnchenbrust- Formfleisch <small>G, G1</small> 🐔	Pommes frites Djuvec-Reis; Gemüse-Curry-Reis <small>Sn</small> "Sour-Cream"-Dip aus Creme auf Ha- ferbasis mit Knoblauch und Petersilie <small>3</small> <small>G, G4, S</small>	All in one Pot; vegetarische Ofensuppe <small>G, G1, G3, Sb, M, Me, La</small> Pita-Brötchen; kleines Fladenbrot aus Weizenmehl <small>G, G1, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), (Lp)</small> 🌿	täglich wechselndes Angebot*
Fr 09.02.	Hähnchenfilets; in einer Tomaten- Bal- samicosoße Fisch-Poppers; Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) umman- telt mit einer Puffreis-Panade <small>G, G1, G2, G3, G4, (Ei), Fi, (M), (Me), (La), (Sn)</small> 🐟 🍷	Brokkoli "naturell" Stampfkartoffeln <small>M, Me, La</small> Langkornreis Milde Senfsoße <small>G, G1, M, Me, La, S, Sn</small> 🌿	Spinat-Knödel (BIO) <small>G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf), (S)</small> Käsesoße <small>G, G1, M, Me, S</small> 🌿	täglich wechselndes Angebot*