

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 06.01. - 12.01.



	Fleisch & Fisch	Beilagen & Soßen	Veggie-Point	Salat- und Dessertbar
Mo 06.01.	Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art" Wiener Würstchen <small>03, 02, 20</small> 	Djuvec-Reis Gemüse-Curry-Reis <small>Sn</small> Kartoffelsalat <small>02, Sn</small> mittelscharfer Senf <small>Sn</small> Pita-Brötchen kleines Fladenbrot aus Weizenmehl <small>G, G1, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), (Lp)</small>	Minestrone "vegetarisch" <small>G, G1, S</small> Pita-Brötchen kleines Fladenbrot aus Weizenmehl <small>G, G1, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), (Lp)</small> 	täglich wechselndes Angebot*
Di 07.01.	Buchstabennudeltopf mit Huhnfleisch <small>G, G1, Ei</small> Linsensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein <small>20, 3 S, Sn</small> 	Vollkornbrötchen <small>G, G1, G3, G4, (E), (Sf)</small> 	Kartoffel-Möhren-Eintopf <small>S</small> Apfelmark Pancakes kleine Pfannkuchen <small>G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf)</small> 	täglich wechselndes Angebot*
Mi 08.01.	Hähnchenfilets "Tandoori" in pikanter Paprika-Joghurtsoße <small>M, Me, La</small> 	Erbsen Salzkartoffel Basmatireis Fairtrade Soße "Gärtnerin Art" <small>M, Me, La, S</small> 	Tortellini in milder Käsesoße <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small> Kartoffel-Gemüse-Pfanne "vegetarisch" <small>G, G1, M, Me, La</small> 	täglich wechselndes Angebot*
Do 09.01.	Rindfleischbällchen in Tomatensoße <small>G, G1, Ei</small> 	Romanesco "naturell" Spiralnudeln <small>G, G1</small> Stampfkartoffeln <small>M, Me, La</small> 	Riesen-Rösti "vegetarisch" <small>M, Me, La, S</small> Grillgemüse "Mediterraner Art" Gemüsesoße aus Pastinake Kürbis und Möhren <small>M, Me</small> 	täglich wechselndes Angebot*
Fr 10.01.	Fischpfanne "Neptun" vom Alaska See-lachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) <small>G, G1, Fi, M, Me, La, S</small> 	Grüner Gemüsemix "naturell" Stampfkartoffeln <small>M, Me, La</small> 	Milde Senfsoße <small>G, G1, M, Me, La, S, Sn</small> Petersilienkartoffeln Gekochte Eier <small>Ei</small> Rote Bete <small>02</small>	täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 13.01. - 19.01.



	Fleisch & Fisch	Beilagen & Soßen	Veggie-Point	Salat- und Dessertbar
Mo 13.01.	Kleine Rostbratwürstchen vom Schwein ³ 	Sauerkraut ohne Speck Salzkartoffel Frühlingspüree ^{M, Me, La} Bratensoße ^{S, Sn} 	Gemüse-Lasagne à la Italia ^{G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La} Germknödel "Natur" ^{G, G1, Ei, M, Me, La} Zwetschgenkompott Vanillesoße ^{G, G1, M, Me, La} 	täglich wechselndes Angebot*
Di 14.01.	Rahmgeschnetztes vom Schwein mit Majoran abgeschmeckt ^{G, G1, M, Me, La} 	Kohlrabi-Karotten-Gemüse ^{M, Me, La} Spätzle ^{G, G1, Ei} Kartoffelrösti 	Mini-Gemüseravioli in Tomatensoße ^{G, G1, Ei} Gouda gerieben ^M Vegetarische Moussaka mit Soja ^{G, G1, G3, Sb, M, Me, La, S}	täglich wechselndes Angebot*
Mi 15.01.	Rinderfrikadelle "Griechische Art" ^{G, G1, Ei, M, Me, La} 	Blumenkohl in Soße ^{G, G1, M, Me, La} Soße "Balkan Art" Salzkartoffel Röstkartoffeln 	Triple cheese Drei-Käse-Suppe mit Brokkoliröschen und Veggie-Hack aus Soja ^{G, G1, G3, Sb, M, Me, La, S} Vegetarische Maultaschen in Brühe ^{G, G1, Ei, S} Mini-Brötchen-Mix ^{G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se} 	täglich wechselndes Angebot*
Do 16.01.	Kartoffel-Blumenkohlaufauf mit Geflügelhackbällchen ^{G, G1, M, Me, La, S} 	Makkaroni ^{G, G1} Tomatensoße à la Italia ^S Gouda gerieben ^M	Tortelloni mit Käsefüllung ^{G, G1, Ei, M, Me, La} Makkaroni ^{G, G1} Linsen-Bolognese ^{G, G1} 	täglich wechselndes Angebot*
Fr 17.01.	Currywurst in pikanter Ketchupsoße ^{3 Sn} Riesen-Rösti mit Lachs (aus verantwortungsvoller Aquakultur) ^{Fi, M, Me, La, Sn} 	Kartoffelspalten mit Schale Pommes frites 	Kartoffelspalten mit Schale Süßkartoffeleintopf mit Kichererbsen und Spinat Kräuterquark ^M 	täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 20.01. - 26.01.



Fleisch & Fisch

Beilagen & Soßen

Veggie-Point

Salat- und Dessertbar

Mo 20.01. Panierte Fischstäbchen aus Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
G, G1, Fi

Kohlrabigemüse in Soße M, Me, La
 Rahmspinat M, Me, La
 Stampfkartoffeln M, Me, La

"Aubergini" gebrillte Auberginenscheiben in fruchtigem Tomatensugo mit Käse-Kräuter-Topping (E), M, Me, Sf, Sf1
 Kräuterkartoffeln

täglich wechselndes Angebot*

Di 21.01. Schweineschnitzel paniert G, G1

Gemüse "Leipziger Allerlei" "naturell"
 Salzkartoffel
 Bratensoße S, Sn

Gemüsecurry Sn
 Basmatireis Fairtrade

täglich wechselndes Angebot*

Mi 22.01. Herzhafter Wirsing-Kartoffel-Hackauflauf G, G1, M, Me, La, S

Gnocchi G, G1
 Käsesoße "Carbonara Art" 20, 3 G, G1, M, Me, La, S
 Soße "Gärtnerin Art" M, Me, La, S

Kirschpfannkuchen G, G1, Ei, M, Me, La
 Vanillesoße G, G1, M, Me, La

täglich wechselndes Angebot*

Do 23.01. Hähnchenunterkeulen "Drum Sticks"

Apfelrotkohl
 Rosenkohl "naturell"
 Kartoffelklöße Ei, M, Me, La
 Soße für Geflügel G, G1, M, Me, La, S

Couscous-Tajine mit Riesencouscous und knackigem Gemüse G, G1
 Gemüse-Frühlingsrolle G, G1, S, Sn
 Gemüsesoße "süß-sauer" Sb

täglich wechselndes Angebot*

Fr 24.01. Putengeschnetzeltes in Rahmsauce mit Gemüse G, G1, M, Me, La, S, Sn

Langkornreis
 Spätzle G, G1, Ei

Gemüseerbseneintopf G, G1, M, Me, La, S
 Vegetarische Linsensuppe s
 Mini-Brötchen-Mix G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se

täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 27.01. - 31.01.



Fleisch & Fisch

Beilagen & Soßen

Veggie-Point

Salat- und Dessertbar

Mo 27.01. Geflügel-Klopse in Soße nach "Königsberger Art" G, G1, M, Me, La
🐔

Kaisergemüse "naturell"
Salzkartoffel
Stampfkartoffeln M, Me, La
🌿

Nudelpfanne "Tomate Total" G, G1, M, Me, (Sn)
Veggie-Geschnetzeltes à la Italia G, G1, G4
Stampfkartoffeln M, Me, La
🌿

täglich wechselndes Angebot*

Di 28.01. Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße G, G1, M, Me, La
🐔

Pfannengemüse mit Kräuterbutter M, Me, La, S, Sn
Wildreismischung mit Gemüse
Stampfkartoffeln M, Me, La
🌿

Lockerer Couscous mit buntem Gemüse G, G1, Sb
Reibekuchen "Hausfrauen Art" G, G1, Ei
Apfelmus 03

täglich wechselndes Angebot*

Mi 29.01. Mariniertes Schweinefleisch "süß-saurer" Soße G, G1, Sb
🐷

Kürbispüree
Langkornreis
🌿 🍷

Nudel-Brokkoli-Auflauf "vegetarisch" G, G1, M, Me
Tomatensuppe mit Reis G, G1
Mini-Brötchen-Mix G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se
🌿

täglich wechselndes Angebot*

Do 30.01. Alaska-Seelachs in einer Vollkornpanade (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) G, G1, Fi
🐟

Mischgemüse "naturell" M, Me, La
Kartoffelpüree M, Me, La
Milde Senfsoße G, G1, M, Me, La, S, Sn
🌿

Vegetarischer Rösti (Brokkoli) G, G1, Ei, M, Me, La
Vegetarischer Rösti (Blumenkohl) Ei, M, Me, La
Soße "Gärtnerin Art" M, Me, La, S
🌿

täglich wechselndes Angebot*

Fr 31.01. Bolognese aus Hähnchenfleisch G, G1, S
Tagliatelle "Spinaci" mit Lachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) G, G1, Fi, M, Me, La, S
🐔 🐟

Spiralnudeln G, G1
Gouda gerieben M

Tomaten-Mozzarella-Suppe G, G1, M, Me, La
Pita-Brötchen kleines Fladenbrot aus Weizenmehl G, G1, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), (Lp)
🌿

täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 10.02. - 16.02.



	Fleisch & Fisch	Beilagen & Soßen	Veggie-Point	Salat- und Dessertbar
Mo 10.02.	Schweinegulasch "Hausfrauen Art" ^s 👤 🍴	Blumenkohl-Brokkoli "naturell" Kartoffelkroketten (G), Ei, (Sb), M, Me, La, (S), (Se) Bandnudeln ^{G, G1} 🍴	Milchreis ^{M, Me, La} Zimt und Zucker * Blattspinat gehackt mit Sahne ^{G, G1, M, Me, La} Bandnudeln ^{G, G1} 🍴	täglich wechselndes Angebot*
Di 11.02.	Kalbshacksteak in Rahmsauce ^{G, G1, Ei, M, Me, La, S} 🍴	Wirsinggemüse ^{G, G1, M, Me, La} Bunter Gemüserais Salzkartoffel 🍴	Veggie-Currywurst aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße ^{G, G1, Ei, Sb, Sn} Wellenschnittpommes 🍴	täglich wechselndes Angebot*
Mi 12.02.	Jagdwurstgulasch in milder Tomatensoße ^{20, 3 Sn} 👤	Tomatensoße à la Italia ^s Grüner Gemüsemix "naturell" Spiralnudeln ^{G, G1} Stampfkartoffeln ^{M, Me, La} 🍴	Vegetarisches Chili ^{Sb} Pita-Brötchen kleines Fladenbrot aus Weizenmehl ^{G, G1, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), (Lp)} 🍴 🍴	täglich wechselndes Angebot*
Do 13.02.	Hühnerfrikassee "Frühlings Art" ^{G, G1, M, Me, La, S} 👤	Soße "Gärtnerin Art" ^{M, Me, La, S} Langkornreis Salzkartoffel 🍴	Falafelbällchen ^{Sn} Lockerer Couscous mit buntem Gemüse ^{G, G1, Sb} Kräuterquark ^M 🍴	täglich wechselndes Angebot*
Fr 14.02.	Knusper Fischlis aus Alaska-Seelachs ^{G, G1, (Ei), Fi, (M), (Me), (La), (Sn)} Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesauce mit Preiselbeeren ^{G, G1, Ei, M, Me, La, S} 🍴 🍴	Kaisergemüse "naturell" Wildreismischung mit Gemüse Röstkartoffeln Dillrahmsauce ^{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*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 17.02. - 23.02.



Fleisch & Fisch

Beilagen & Soßen

Veggie-Point

Salat- und Dessertbar

Mo 17.02. Zwiebel-Sahne-Hähnchen überbacken mit Emmentaler-Käse G, G1, M, Me, La
🍷 🍴 🍷

Fingermöhren "naturell"
Erbsen
Petersilienkartoffeln
🍷 🍷

Veggie-Schnitzel auf Weizenbasis G, G1
Omas Kartoffelschmaus Kartoffelwürfel in würziger Soße mit Gurkenstreifen und Dill S, Sn
🍷 🍷

täglich wechselndes Angebot*

Di 18.02. Jagdwurstgulasch in milder Tomatensoße 20, 3 Sn
🍷 🍷

Buntes Marktgemüse "naturell" S
Kartoffelpüree M, Me, La
Hörnchen-Nudeln G, G1
Gouda gerieben M

Veggie-Geschnetzeltes à la Italia G, G1, G4
Polenta aus Maisgrieß mit Sahne verfeinert M, Me, La
🍷

täglich wechselndes Angebot*

Mi 19.02. Nudel-Gemüse-Menü "Kickers" (mit Geflügelbällchen) G, G1, Ei, S
Herzhafte Kartoffelsuppe "Holsteiner Art" (mit geschnittener Wurst) 20 M, Me, La, S
🍷 🍷 🍷

Vollkornbrötchen G, G1, G3, G4, (E), (Sf)
🍷 🍷

Süßkartoffelsuppe mit Ingwer M, Me, La
Grießbrei G, G1, M, Me, La
Rote Fruchtgrütze
🍷

täglich wechselndes Angebot*

Do 20.02. Alaska-Seelachsschnitte (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in feiner Tomatensoße Ei, S
🍷

Blumenkohl-Brokkoli "naturell"
Langkornreis
Stampfkartoffeln M, Me, La
🍷

"Volles Korn" Dinkel-Gemüse-Pfanne "mediterrane Art" G, G5
Kartoffelpfanne "vegetarisch"
Gemüesoße aus Pastinake Kürbis und Möhren M, Me
🍷

täglich wechselndes Angebot*

Fr 21.02. Hackbraten vom Rind und Schwein in einer herzhaften Bratensoße G, G1, Ei, S, Sn
🍷 🍷

Gemüse "Leipziger Allerlei"
Petersilienkartoffeln
Steakhouse frites
🍷 🍷

Bulgur-Curry-Pfanne G, G1, Sn
Linsnbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen G, G4, Ei
Tzatziki M

täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 24.02. - 28.02.



	Fleisch & Fisch	Beilagen & Soßen	Veggie-Point	Salat- und Dessertbar
Mo 24.02.	Omelette "Bauernschmaus" ^{20, 3} Ei, M, Me, La Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Gemüse _{G, G1, M, Me, La, S, Sn} 	Gurkensticks Salzkartoffel	Rührei _{Ei, M, Me, La} Rahmspinat _{M, Me, La} Kräuterkartoffeln 	täglich wechselndes Angebot*
Di 25.02.	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 Langkornreis Kürbispfanne mit Spiralnudeln _{G, G1, S} 	täglich wechselndes Angebot*
Mi 26.02.	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 27.02.	Rinderbolognese _{G, G1, S} 	Vollkornspiralnudeln _{G, G1} Spaghetti _{G, G1} Gouda gerieben _M	Kartoffel-Gemüse-Gratin _{G, G1, M, Me, La, S} Vegetarische Bolognese _{G, G1, S} Vollkornspiralnudeln _{G, G1} Gouda gerieben _M	täglich wechselndes Angebot*
Fr 28.02.	Geflügelbratwurst ₃ 	Sauerkraut (ohne Speck) Salzkartoffel Kartoffelpüree _{M, Me, La} Soße für Geflügel _{G, G1, M, Me, La, S} 	Milde Käsespätzle _{G, G1, Ei, M, Me, La} Erbsenliebliche grüne Herzen aus Erbsen in Mehrsaatenpanade _{G, G1} Möhren in Sahnesoße _{G, G1, M, Me, La} Kartoffelpüree _{M, Me, La} 	täglich wechselndes Angebot*

Obst, Kompott und Dessert

Rohkost, Salat und Dressing

Mo 06.01. Obstsalat ⁰³
Naturjoghurt _M

Rotkrautsalat
Joghurtdressing _{M, Sn}

Di 07.01. Obst *
Vanillepudding ^{01 M}
Kirschfruchtpüree

Blattsalatsmischung
Frenchdressing _{Ei, Sn}

Mi 08.01. Erdbeerfruchtjoghurt _M
Obst *

Gurkensalat ^{03, 02}
Kohlrabisticks

Do 09.01. Vanillequark ^{01 M}
Obst *
✍

Blattsalatsmischung
Kräuter-Dressing _{Sn}

Fr 10.01. Obst *
Fruchtjoghurt ^{03 M}

Krautsalat ⁰³
American Dressing _{Ei, Sn}

Obst, Kompott und Dessert

Rohkost, Salat und Dressing

Mo Rote Betesalat ⁰²
13.01. Obst *

Farmersalat ^{Ei, M, S}
Frenchdressing ^{Ei, Sn}

Di Obst *
14.01. Waldfruchtjoghurt ^M

Krautsalat ⁰³
American Dressing ^{Ei, Sn}

Mi Schokoladenpudding ^M
15.01. Vanillesauce ^{01, 08 M}
Obst *

Gurkensticks

Do Erdbeerfruchtquark ^M
16.01. Obst *
ℓ

Gurkensalat

Fr Obst *
17.01. Pfirsich-Joghurt ^M

Mischsalat
Tomaten
Balsamico Dressing

Obst, Kompott und Dessert

Rohkost, Salat und Dressing

Mo Obst *
20.01. Apfelmus ⁰³

Rotkrautsalat
Frenchdressing ^{Ei, Sn}

Di Mangojoghurt
21.01. Obst *
↳ ↪

Wachsbrechbohnsalat
American Dressing ^{Ei, Sn}
Karottensticks

Mi Erdbeerpudding ^M
22.01. Obst *
↳

Blumenkohlsalat
Balsamico Dressing

Do Obst *
23.01. Kirschfruchtquark ^M

Karottensalat
Chinakohlsalat mit Dressing *

Fr Nougatpudding ^{Sf2, M, Sf}
24.01. Obst *

Mischsalat
American Dressing ^{Ei, Sn}
Gurken
Tomaten
Mais *

Obst, Kompott und Dessert

Rohkost, Salat und Dressing

Mo 27.01. Obstsalat ⁰³
Naturjoghurt _M

Rotkrautsalat
Joghurtdressing _{M, Sn}

Di 28.01. Obst *
Vanillepudding ⁰¹ _M
Kirschfruchtpüree

Blattsalatsmischung
Frenchdressing _{Ei, Sn}

Mi 29.01. Erdbeerfruchtjoghurt _M
Obst *

Gurkensalat ^{03, 02}
Kohlrabisticks

Do 30.01. Vanillequark ⁰¹ _M
Obst *
B

Blattsalatsmischung
Kräuter-Dressing _{Sn}

Fr 31.01. Obst *
Fruchtjoghurt ⁰³ _M

Krautsalat ⁰³
American Dressing _{Ei, Sn}

Obst, Kompott und Dessert

Rohkost, Salat und Dressing

Mo Rote Betesalat ⁰²
10.02. Obst *

Farmersalat ^{Ei, M, S}
Frenchdressing ^{Ei, Sn}

Di Obst *
11.02. Waldfruchtjoghurt ^M

Krautsalat ⁰³
American Dressing ^{Ei, Sn}

Mi Schokoladenpudding ^M
12.02. Vanillesauce ^{01, 08 M}
Obst *

Gurkensticks

Do Erdbeerfruchtquark ^M
13.02. Obst *
🌿

Gurkensalat

Fr Obst *
14.02. Pfirsich-Joghurt ^M

Mischsalat
Tomaten
Balsamico Dressing

Obst, Kompott und Dessert

Rohkost, Salat und Dressing

Mo Obst *
17.02. Apfelmus ₀₃

Rotkrautsalat
Frenchdressing _{Ei, Sn}

Di Mangojoghurt
18.02. Obst *
↳ ↪

Wachsbrechbohnsalat
American Dressing _{Ei, Sn}
Karottensticks

Mi Erdbeerpudding _M
19.02. Obst *
↳

Blumenkohlsalat
Balsamico Dressing

Do Obst *
20.02. Kirschfruchtquark _M

Karottensalat
Chinakohlsalat mit Dressing *

Fr Nougatpudding _{Sf2, M, Sf}
21.02. Obst *

Mischsalat
American Dressing _{Ei, Sn}
Gurken
Tomaten
Mais *

Obst, Kompott und Dessert

Rohkost, Salat und Dressing

Mo 24.02. Obstsalat ⁰³
Naturjoghurt _M

Rotkrautsalat
Joghurtdressing _{M, Sn}

Di 25.02. Obst *
Vanillepudding ^{01 M}
Kirschfruchtpüree

Blattsalatsmischung
Frenchdressing _{Ei, Sn}

Mi 26.02. Erdbeerfruchtjoghurt _M
Obst *

Gurkensalat ^{03, 02}
Kohlrabisticks

Do 27.02. Vanillequark ^{01 M}
Obst *
B

Blattsalatsmischung
Kräuter-Dressing _{Sn}

Fr 28.02. Obst *
Fruchtjoghurt ^{03 M}

Krautsalat ⁰³
American Dressing _{Ei, Sn}