

Speiseplan November 2023

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 30.10. - 05.11.

Hauptkomponenten	Beilagen	Lecker dazu	Salat- und Dessertbar
Mo 30.10. Herzhaftes Rindergulasch <small>s, Sn</small> Pancakes; kleine Pfannkuchen <small>G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf)</small>	Blumenkohl-Brokkoli "naturell" Würzige Kräuterkartoffeln; mit Thymi - <small>an und Chili</small> Bandnudeln <small>G, G1</small> Apfelmark <small>3</small>	Tomaten-Mozzarella-Soße <small>M, Me, La</small> Vanillequark	täglich wechselndes Angebot*
Di 31.10. Feiertag	Feiertag	Feiertag	Feiertag
Mi 01.11. Knusper Fischlis aus Alaska-Seelachs <small>G, G1, (Ei), Fi, (M), (Me), (La), (Sn)</small> Rindfleischklößchen "Köttbullar"; in Sahnesoße mit Preiselbeeren <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>	Rahmspinat <small>M, Me, La</small> Kaisergemüse "naturell" Röstkartoffeln Kartoffelpüree <small>M, Me, La</small>	Dillrahmssoße <small>G, G1, M, Me, La, S</small> Kräuterquark-Dipp	täglich wechselndes Angebot*
Do 02.11. Schneckenudeln in Käsesoße <small>G, G1, M, Me, La, S</small> Zwiebel-Sahne-Hähnchen; überbacken mit Emmentaler-Käse <small>G, G1, M, Me, La</small>	Fingermöhren "naturell" Blumenkohl-Bohnen-Mix gewürzt <small>Sn</small> Petersilienkartoffeln Kartoffelrösti	Milde Kräutersoße <small>M, Me, S</small>	täglich wechselndes Angebot*
Fr 03.11. Panierte Jagdwurstscheibe; vom Schwein <small>20, 3 G, G1, Sn</small> Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art" <small>G, G1, Ei</small>	Buntes Marktgemüse "naturell" <small>s</small> Stampfkartoffeln <small>M, Me, La</small> Spiralnudeln <small>G, G1</small>	Tomatensoße à la Italia <small>s</small> Helle Cremesoße <small>M, Me, S</small>	täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 06.11. - 12.11.



	Hauptkomponenten	Beilagen	Lecker dazu	Salat- und Dessertbar
Mo 06.11.	Hühnerfrikassee "Frühlings Art" <small>G, G1, M, Me, La, S</small> Kräuterquark	Brokkoli "naturell" Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste" Basmatireis, Fairtrade	Rote Betesalat ₀₂ Soße "Gärtnerin Art" <small>M, Me, La, S</small> Butter _M	täglich wechselndes Angebot*
Di 07.11.	Jagdwurstgulasch; in milder Tomaten- soße _{20, 3} <small>Sn</small> Herzhafter Pfannkuchen "Spinat-Käse" <small>G, G1, Ei, M, Me, La</small>	Buntes Marktgemüse "naturell" _S Hörnchen-Nudeln _{G, G1} Kartoffelpüree _{M, Me, La}	Tomatensoße à la Italia _S Paprikarahmsoße _{G, G1, M, Me, La, S} Reibekäse _M	täglich wechselndes Angebot*
Mi 08.11.	Kaiserschmarrn; ohne Rosinen (ge- schnittener Eierpfannkuchen) <small>G, G1, Ei, M, Me, La</small> Süßkartoffelsuppe mit Ingwer <small>M, Me, La</small> Nudel-Gemüse-Menü "Kickers" (mit Ge - flügelbällchen) <small>G, G1, Ei, S</small> Herzhafte Kartoffelsuppe "Holsteiner Art" (mit geschnittener Wurst) <small>20 M, Me, La, S</small>	Apfelmark ₃ Vollkornbrötchen _{G, G1, G3, G4, (E), (Sf)}	Rote Fruchtgrütze	täglich wechselndes Angebot*
Do 09.11.	Paniertes Limanda-Fischfilet; aus nach - haltiger Fischwirtschaft (Limanda aspe- <small>G, G1, Fi, M, Me, La</small> <small>ra, Pazifische Kliesche) Putengeschnetzeltes; in Rahmsoße_{G, G1, M,}</small> <small>Me, La, S</small>	Grüne Bohnen "naturell" Wildreismischung mit Gemüse Kartoffelkroketten <small>(G), Ei, (Sb), M, Me, La, (S), (Se)</small>	Dillrahmsoße _{G, G1, M, Me, La, S} Kräftige Senfsoße _{M, Me, La, Sn}	täglich wechselndes Angebot*
Fr 10.11.	Hackbraten; vom Rind und Schwein in einer herzhaften Bratensoße <small>G, G1, Ei, S, Sn</small> Gemüse-Lasagne à la Italia <small>G, G1, Ei, M, Me, La</small>	Möhren "naturell" Erbsen Langkornreis Petersilienkartoffeln	Klassische Bratensoße _{S, Sn} Sauerrahmsoße mit Kräutern <small>G, G1, M, Me, La, S</small>	täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 13.11. - 19.11.



Hauptkomponenten	Beilagen	Lecker dazu	Salat- und Dessertbar
Mo 13.11. Ei Mini-Gemüseravioli in Tomatensoße _{G, G1} Rührei _{Ei, M, Me, La}	Gartengemüse "naturell" Frühlingspüree _{M, Me, La} Kräuterkartoffeln	Milde Kräutersoße _{M, Me, S} Gurkensalat	täglich wechselndes Angebot*
Di 14.11. Kasselercarbonade; in Bratensoße _{20, 3 S} Alaska-Seelachschnitte in Senf-Kräuter- - tersoße; aus nachhaltiger Fischwirtschaft _{Fi, M, Me, La, S, Sn}	Buntes Gemüse "naturell" Wirsinggemüse _{G, G1, M, Me, La} Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste" Stampfkartoffeln _{M, Me, La}	Klassische Bratensoße _{S, Sn} Dillrahmsoße _{G, G1, M, Me, La, S}	täglich wechselndes Angebot*
Mi 15.11. Pfannkuchen _{G, G1, Ei, M, Me, La} Brokkolicremesuppe _{G, G1, M, Me, La, S} Kartoffelgulaschtopf (mit Rind) _S Grüne Bohnen-Eintopf (mit Rind) _S	Vollkornbrötchen _{G, G1, G3, G4, (E), (Sf)} Apfelmark ₃	Vanillesoße _{G, G1, M, Me, La}	täglich wechselndes Angebot*
Do 16.11. Rinderbolognese _{G, G1, S} Panierte Fischstäbchen _{G, G1, Fi}	Blattspinat _{G, G1, M, Me, La} Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste" Spaghetti _{G, G1}	Reibekäse _M Napolisoße Soße "Gärtnerin Art" _{M, Me, La, S}	täglich wechselndes Angebot*
Fr Tortelloni-Gratin "Formaggio" _{G, G1, Ei, M, Me, La, S} 17.11. Geflügelbratwurst ₃	Möhren in Sahnesoße _{G, G1, M, Me, La} Sauerkraut (ohne Speck) Kartoffelspalten mit Schale Petersilienkartoffeln	Geflügelsoße _{M, Me, La, S} Curry-Ketchup-Soße _{Sn}	täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 20.11. - 26.11.



Hauptkomponenten	Beilagen	Lecker dazu	Salat- und Dessertbar
Mo Heringsfilet in Sahnesauce <small>Ei, Fi, M</small> 20.11. Rinderfrikadellen; in Bratensoße <small>G, G1, Ei</small>	Erbsen und Möhren "naturell" Röstkartoffeln Petersilienkartoffeln	Braune Rahmsoße <small>G, G1, Ei, Me, La, S</small>	täglich wechselndes Angebot*
Di Penne-Nudeln in cremiger Tomatensoße <small>G, G1, M, Me, La</small> 21.11. Gemüsesuppe mit Muschelnudeln <small>G, G1, S</small> Erbsensuppe; mit Wiener Wurst vom Schwein <small>20, 3 S, Sn</small> Vegetarische Kartoffelsuppe <small>S</small>	Brötchen <small>G, G1</small>	Rucola Reibekäse <small>M</small>	täglich wechselndes Angebot*
Mi Eieromelette "Natur" <small>Ei, M, Me, La</small> 22.11. Quarkkeulchen	Rahmspinat <small>M, Me, La</small> Kaisergemüse "naturell" Frühlingspüree <small>M, Me, La</small> Bratkartoffeln mit Speck <small>20, 3</small>	Apfelmark <small>3</small> Gemüsesoße aus Pastinake, Kürbis und Möhren <small>M, Me</small>	täglich wechselndes Angebot*
Do Kartoffel-Gemüse-Pfanne "vegetarisch" <small>G, G1, M, Me, La</small> 23.11. Chicken-Nuggets aus Hähnchenbrust-Formfleisch <small>G, G1</small>	Blattsalatmischung Pommes frites Djuvec-Reis; Gemüse-Curry-Reis <small>Sn</small>	Tomatenketchup Curry-Ketchup-Soße <small>Sn</small> Kräuterquark-Dip	täglich wechselndes Angebot*
Fr Fisch-Poppers; Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) ummantelt mit einer Puffreis-Panade <small>G, G1, G2, G3, G4, (Ei), Fi, (M), (Me), (La), (Sn)</small> 24.11. Hähnchenfilets; in einer Tomaten-Balsamicosoße	Kaisergemüse "naturell" Erbsen Langkornreis Gabel-Spaghetti <small>G, G1</small>	Dillrahmsoße <small>G, G1, M, Me, La, S</small> Milde Senfsoße <small>G, G1, M, Me, La, S, Sn</small>	täglich wechselndes Angebot*

Speiseplan Gymnasium Am Lerchenberg Altenburg 27.11. - 03.12.

Hauptkomponenten	Beilagen	Lecker dazu	Salat- und Dessertbar
Mo Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art" 27.11. Wiener Würstchen ^{03, 02, 20} Fladenbrot aus dem Steinofen ^{G, G1}	Kartoffelsalat Tomatenvollkornreis ^s Tomaten Mozzarella	Krautsalat Kräuterquark Tomatenketchup Senf*	täglich wechselndes Angebot*
G, G1, Fi, M, Me, La, S Di Milchreis ^{M, Me, La} 28.11. Kartoffel-Möhren-Eintopf ^s Buchstabennudeltopf; mit Huhnfleisch ^{G, G1, Ei} Linsensuppe; mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein ^{20, 3 S, Sn}	Apfelmark ³ Vollkornbrötchen ^{G, G1, G3, G4, (E), (Sf)}	Zimt und Zucker* Erdbeer-Fruchtsoße	täglich wechselndes Angebot*
Mi Hähnchenfilets "Tandoori"; in pikanter 29.11. Paprika-Joghurtsoße ^{M, Me, La} Tortellini in milder Käsesoße ^{G, G1, Ei, M, Me, La, S}	Erbsen Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste" Basmatireis, Fairtrade	Käsesoße ^{G, G1, M, Me, S} Soße "Gärtnerin Art" ^{M, Me, La, S}	täglich wechselndes Angebot*
Do Riesen-Rösti "vegetarisch" ^{M, Me, La, S} 30.11. Rindfleischbällchen; in Tomatensoße ^{G, G1, Ei}	Blattsalatmischung Grillgemüse "Mediterraner Art" Stampfkartoffeln ^{M, Me, La} Spiralnudeln ^{G, G1}	Napolisoße ^{G, G1} Tzatziki ^M	täglich wechselndes Angebot*