

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" gegrillte 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-Hackauf-
lauf 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 <small>G, G1, M, Me, La</small> 🍴	Fingermöhren "naturell" Erbsen Petersilienkartoffeln 🍴 🍷	Veggie-Schnitzel auf Weizenbasis <small>G, G1</small> Omas Kartoffelschmaus Kartoffelwürfel in würziger Soße mit Gurkenstreifen und Dill <small>S, Sn</small> 🍴 🍷	täglich wechselndes Angebot*
Di 18.02.	Jagdwurstgulasch in milder Tomatensoße <small>20, 3 Sn</small> 🍴	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 mit Sahne verfeinert <small>M, Me, La</small> 🍴	täglich wechselndes Angebot*
Mi 19.02.	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> 🍴 🍷 🍴	Vollkornbrötchen <small>G, G1, G3, G4, (E), (Sf)</small> 🍴 🍷	Süßkartoffelsuppe mit Ingwer <small>M, Me, La</small> Grießbrei <small>G, G1, M, Me, La</small> Rote Fruchtgrütze 🍴	täglich wechselndes Angebot*
Do 20.02.	Alaska-Seelachsschnitte (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in feiner Tomatensoße <small>Ei, S</small> 🍴	Blumenkohl-Brokkoli "naturell" Langkornreis Stampfkartoffeln <small>M, Me, La</small> 🍴	"Volles Korn" Dinkel-Gemüse-Pfanne "mediterrane Art" <small>G, G5</small> Kartoffelpfanne "vegetarisch" Gemüesoße aus Pastinake Kürbis und Möhren <small>M, Me</small> 🍴	täglich wechselndes Angebot*
Fr 21.02.	Hackbraten vom Rind und Schwein in einer herzhaften Bratensoße <small>G, G1, Ei, S, Sn</small> 🍴 🍷	Gemüse "Leipziger Allerlei" Petersilienkartoffeln Steakhouse frites 🍴 🍷	Bulgur-Curry-Pfanne <small>G, G1, Sn</small> Linsnbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen <small>G, G4, Ei</small> Tzatziki <small>M</small>	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 *
B

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 *
℞

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 *
ℓ

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}