

HERZLICH
WILLKOMMEN

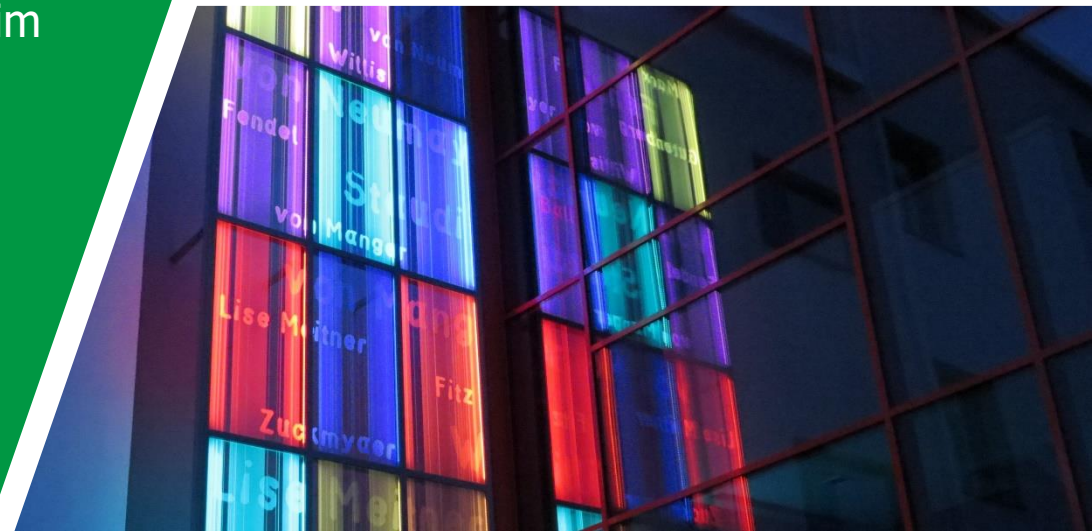
Der Tagesablauf am Lise-Meitner-Gymnasium



LISE MEITNER
GYMNASIUM
MAXDORF

1. Klingeln: 7.40 Uhr

- ▶ Schüler/innen betreten das Schulgebäude
- ▶ Alle Schüler/innen haben einen Spind
- ▶ Jeder richtet am Spind die Materialien für den Vormittag
- ▶ Auf Sauberkeit und Ordnung im Spind achten



Unterrichtsbeginn: 7.50 Uhr

- ▶ Unterricht laut Stundenplan:
2 Stunden unterbrochen von
5 Minuten Pause bis 9.25 Uhr
- ▶ Lernzeiten über den Tag verteilt /
nicht unbedingt Randstunden
- ▶ Gebundene / ungebundene
Lernzeiten
- ▶ Wenn möglich Lernzeit
in Lerngruppe von
15 Schüler/innen



Große Pause: 9.25 – 9.45 Uhr

- ▶ Schüler/innen halten sich auf dem Schulgelände auf
- ▶ Spielen
- ▶ Essen und Trinken
- ▶ Schülerbibliothek geöffnet



Unterricht von 9.45 – 12.10 Uhr

- ▶ 3 weitere Unterrichtsstunden mit je 5 Minuten Pause dazwischen
- ▶ Häufig Doppelstunden
- ▶ Geteilte Klassen in Nawi / Englisch



Mittagszeit von 12.10 bis 13.25 Uhr

- ▶ Gemeinsames Mittagessen in unserer Mensa
- ▶ Auswahl zwischen
 - Vollkost
 - Vegetarisch
 - Salatbuffet
- ▶ Für Allergiker zusätzlich
 - Glutenfrei
 - Laktosefrei



S P E I S E P L A N

Knd. 811 Schulzentrum Maxdorf

vom 19.11.2018 bis 23.11.2018 KW 47

Plan 3

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

*Gymnasium
Ausgleichstag*

Vollkost

Vegetarisch



Salat-Bowl



Desserts

Würstchengulasch v.
Geflügel (3)(c;g1,3;s)
mit frischen Spätzle (e;g1)
Blattsalat der Saison (c;l)
Kcal 561 - F 27g - E 20g -KH 59g

grüne Tortellini (g1;s)
mit Käsesauce (c;e;l;s)
Blattsalat der Saison (c;l)
Kcal 919 - F 44g - E 21g -KH 110g

"Rucola-Süßkartoffel" mit
1 St. Rucola-Süßkartoffel-
Schnitte (c;g1,3;l;m;s)
Kcal 364- F 22g - E 5g -KH 34g

Birnenkompott
Kcal 72 - F 0,1g - E 0,1g - KH 18g

Hacksteak v. Schwein
(c;e;g1;l;s), Rahmsauce
(b;c;g1,3;l;s), Püree (2) (l).
Gurken-Paprikasalat (c;l)
Kcal 826 - F 45g - E 32g -KH 47g

6 St. Gouda - Herzen
(g1,2;l) mit Sojabolog-
nese (b;c;g1,3;s) dazu
Gurken-Paprikasalat (c;l)
Kcal 594 - F 31g - E 26g -KH 49g

"Pasta" mit Rohkost,
Nudelsalat(6) (c;e;g1;l;m) &
Vollkornbrötchen (d;g1,2;h)
Kcal 442 - F 18g - E 11g -KH 53g

Kirsch-Joghurt (l) mit
Amarena Topping (4)
Kcal 71 - F 3g - E 3g -KH 14g

"Spirelli" Nudeln (g1;s)
mit buntem Lachsragout
(2) (c;f;g1;l;s;m), & Salat
vom BIO-Blattsalat (c;l)
Kcal 531 - F 12g - E 32g -KH 70g

Pfälzer Kartoffel-
Cremesuppe (c;l;s)
mit 1 Stück
Dampfnudel (e;g1;l)
Kcal 581 - F 14g - E 16g -KH 97g

"Mediterran" mit Tomate-
Mozzarella (a4;c;l) und
1 Stk. Ciabatta (g1,3)
Kcal 395 - F 19g - E 15g - KH 35g

Frisches Obst

Hühnerfrikassee (c;e;l;s;m)
mit Langkornreis
Erbsengemüse natur
(c;l;s)
Kcal 474 - F 9g - E 33g - KH 61g

"Tortilla-Tasche" (g1) mit
Gemüse-Salsa Füllung
(c;s;m) & Sauerrahm-
Dip (l;m) & Chinakohlsalat (l)
Kcal 502 - F 17g - E 17g -KH 68g

"DIM SUM" mit Rohkost,
1 Stk. Frühlingsrolle
(b;c;e;g1;l;s) & Dip
Kcal 395-F 13g-E 10g-KH 55g

Grieß - Pudding (g1;l)
mit Himbeermarmelade
Kcal 169 - F 7g - E 4g -KH 21g

**Wir bieten täglich für Allergiker folgende Menüs an: "ohne Zusatz von Gluten & Laktose/Milcheiweiß"
diese können wie in gewohnter Weise im Bestellportal bestellt werden.**

Ihr BVS-Team wünscht guten Appetit!



Service-Hotline
06 21 / 71 86 78-15



Unser Betrieb
ist EU-zertifiziert.



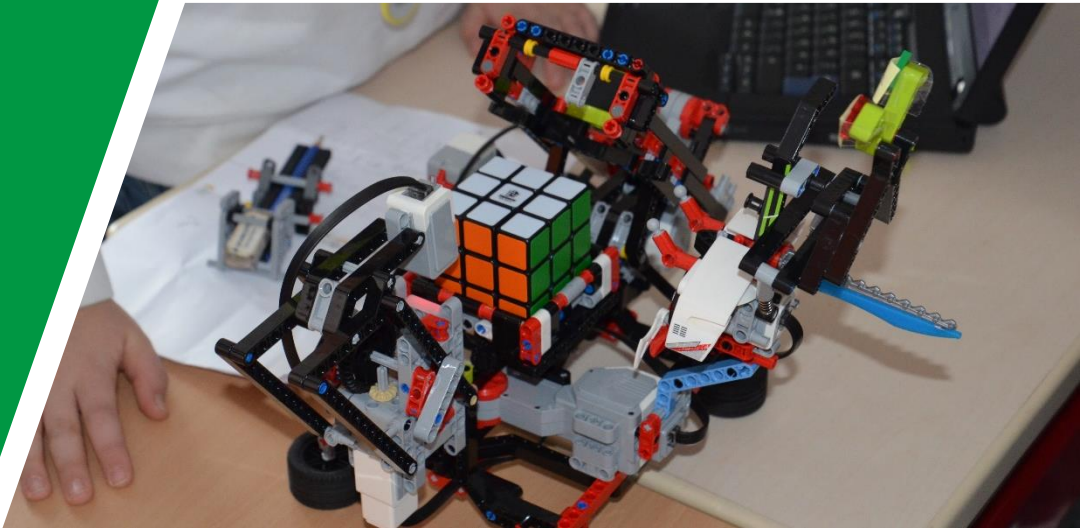
Vielfältige Pausenaktivitäten

- ▶ Neigungsgruppen
- ▶ Lernzeit in Angebotsform
- ▶ Spielgeräteausleihe
- ▶ Tischtennis, Tischkicker
- ▶ Bibliothek
- ▶ Sportplatz, Minifußballfeld
- ▶ Aufenthaltsraum
- ▶ Ruheoase



Nachmittagsunterricht von 13.25 – 15.50 Uhr

- ▶ 3 weitere Unterrichtsstunden mit je 5 Minuten Pause dazwischen
- ▶ 5 Minuten vor Unterrichtsschluss wird der Platz auf- und der Spind eingeräumt
- ▶ AG-Nachmittag
- ▶ Freitags Halbtagsbetrieb (bis 13 Uhr)



Und nach der Orientierungsstufe?

	MO	DI	MI	DO	FR
7:50 - 8:35					
8:40 - 9:25					
9:45 - 10:30					
10:35 - 11:20					
11:25 - 12:10					
Mittagszeit (75 Minuten)	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>	
13:25 - 14:10					
14:15 - 15:00					
15:05 - 15:50					

Unterrichtszeit
 Pausen
 freiwillige / zusätzliche Lernzeiten
 AGs / Neigungsgruppen

Klasse 7 bis 9:
 34 Stunden + 4 Lernzeiten

Vielen Dank für ihre Aufmerksamkeit!



LISE MEITNER
GYMNASIUM
MAXDORF