






Speiseplan KW 02 vom 05.01.2026 bis 06.01.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 00.2025	Montag 05.01.	Dienstag 06.01.	Mittwoch 07.01.	Donnerstag 08.01.
Gericht 1 	Weihnachtsferien 	Weihnachtsferien 	Makkaroni mit Brokkoli und Schinken in Käsesoße 1, 2, 5, 4, 9, 11, 13, 17, 20, 27,30, 32, 35, 37, g	Hähnchenschnitzel mit Tomaten- Mozzarella Kruste helle Tomatensoße an gebratene Kartoffeln 1, 3, 9, 10, 19, 21, 23, 33, a, c, g, h, i, j
Gericht 2 			Makkaroni mit Brokkoli in Käsesoße 1, 11, 13, 17, 20, 27,30, 32, 35, 37, g	vegetarische Schnitzel mit Tomaten- Mozzarella Kruste an heller Tomatensoße an gebratene Kartoffel 1, 3, 9, 18, 20, 22, 32, a, c, g, h, i, k,
Dessert 			Vanillequark mit Schokoladensplitter ,4,5,7,12,28,29,32, a, c, g, h	Panna Cotta 3,9, 10, 21, 29, 30, 33, a, g,

01 / Stand: 01.09.2025 / KL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll

HR5780 FL –

Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe 1= pflanzliches Öl, 2=Konservierungsstoffe,3=Zitronensäure,4=Antioxidationsmittel,5= Geschmacksverstärker, 6=geschwefelt, 7=Farbstoff, 8=Phosphat,9=Milcheiweiß, 10=pasteurisierte Milch, 11=koffein,12=Dextrose/Glucose,13=Süßungsmitteln,14=Phenylalaninquelle,15=gewachst,16= Taurin, 17= geschwärzt, 18= Pökelsalz, 19= Backtriebmittel, 20= Fruchtzucker, 21=Lactose 22=Johannesbrotkernmehl, 23= Hefen, 24= Trennmittel: Stärke, 25= Beta Carotin, 26= Carragen, 27=Lecithin, 28= Emulgatoren, 29=Vanillin, 30=Gelatine, 31= Verdickungsmittel, 32= Säurerkulturen, 33= natürliche Aromen, 34= Stabilisatoren, 35= modelliertes Lab, 36=Milchsäurebakterien, 37= Schmelzsalze 38= Erbseneiweiß, (S) Schwein, (R)= Rind, (K)= Kalb, (L)= Lamm, (G)= Geflügel (F) = Fisch

Allergene: a= glutenhaltiges Getreide, b=Krebstiere, c=Eier, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g=Milch, h= Schalenfrüchte, i= Sellerie, j=Senf, k =Sesamsamen, l=Schwefeldioxid u. Sulfite, m=Lupinen, o=Histamin

Speiseplan KW 03 vom 12.01.2026 bis 15.01.2026
Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 00.2025	Montag 12.01.	Dienstag 13.01.	Mittwoch 14.01.	Donnerstag 15.01.
Gericht 1 	Siehe Gericht 2	Fish & Chips 1, 2, 3, 8, 26, 28, a, c, d, j,	Puten- Blankett mit Möhren in Sahnesoße dazu Kräuterreis 1, 13, 19, 35, 37 a, g, i,	Kohlroulade an Speck- Soße und Salzkartoffeln 1, 3, 6, 10, 21, 19, 22, a, c, g, i, j, l
Gericht 2 	Kartoffel- Zucchini Auflauf an Paprika- Dip 1, 3, 9, 18, 20, 22, 27, 31, 32, 34, 35, 36, 37 a, c, g, h, i, o,	Gemüse & Chips 1, 2, 3, 8, 26, 28, a, c, j, o	Gemüseblankett mit Kräuterreis 1, 13, 19, 35, 37 a, g, i,	Vegetarischer Kohlroulade weißer Soße dazu Kartoffelpüree 1, 3, 9, 10, 19, 21, 23, 24, 32, 33, 35, 36, 37,
Dessert 	Obst	Schokoladenpudding mit Vanillesoße 20, 23, 27, 28, 29, 30, 33, a, c, g, h,	Joghurtspeise mit Birnen und Nüssen 3, 19, 20, 28, 32, 35 a, f, g,	Rote Grütze mit Vanillesoße 3, 9, 10, 20, 21, 29, a, c, f, g,

01 / Stand: 01.09.2025 / KL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll

HR5780 FL –




Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe 1= pflanzliches Öl, 2=Konservierungsstoffe, 3=Zitronensäure, 4=Antioxidationsmittel, 5= Geschmacksverstärker, 6=geschwefelt, 7=Farbstoff, 8=Phosphat, 9=Milcheiweiß, 10=pasteurisierte Milch, 11=koffein, 12=Dextrose/Glucose, 13=Süßungsmitteln, 14=Phenylalaninquelle, 15=gewachst, 16= Taurin, 17= geschwärzt, 18= Pökelsalz, 19= Backtriebmittel, 20= Fruchtzucker, 21=Lactose 22=Johannesbrotkernmehl, 23= Hefen, 24= Trennmittel: Stärke, 25= Beta Carotin, 26= Carragen, 27=Lecithin, 28= Emulgatoren, 29=Vanillin, 30=Gelatine, 31= Verdickungsmittel, 32= Säurerkulturen, 33= natürliche Aromen, 34= Stabilisatoren, 35= modelliertes Lab, 36=Milchsäurebakterien, 37= Schmelzsalze 38= Erbseneiweiß, (S) Schwein, (R)= Rind, (K)= Kalb, (L)= Lamm, (G)= Geflügel (F) = Fisch

Allergene: a= glutenhaltiges Getreide, b=Krebstiere, c=Eier, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g=Milch, h= Schalenfrüchte, i= Sellerie, j=Senf, k =Sesamsamen, l=Schwefeldioxid u. Sulfite, m=Lupinen, o=Histamin

Speiseplan KW 04 vom 19.01.2026 bis 22.01.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 00.2025	Montag 19.01.	Dienstag 20.01.	Mittwoch 21.01.	Donnerstag 22.01.
Gericht 1 	Spanische Bratreis-Pfanne mit Geflügelfleisch 1,3,18, 20,22,24,32, 33;34, a, c, g, h, i, 1, 3, 32 h, l,	Kassler-Bratwurst auf (S) gestovtem Spitzkohl dazu Möhren-Kartoffelstampf 1,2,4,5,8,9,12,17,18, 23,27,30,31,32,33,36 a, c, f, g, h, i, j, k,	China- Nudel-Pfanne mit Rindfleisch, Gemüse 1, 2, 3, 5, a, f, k, o	Schweineschnitzel (S) an Paprikasoße dazu Djuwitschreis 1, 3, 9, 10, 19, 21, 23, 33, a, c, g, h, i, j,
Gericht 2 	Spanische -Brat-Reis-Pfanne mit Gemüse und einen Salat 1, 3, i	Käse-Roulade gefüllt an Kräuter- Soße dazu Möhren Kartoffel- Stampf 1, 3, 9, 10, 21, 24, 33, 35, a, c, g, h, l, j,	China- Nudel- Pfanne mit Saitan und Gemüse 1, 2, 3, 5, a, f, k, o	Kartoffelplätzchen mit Tomaten- Paprikagemüse 1, 3, 9, 10, 19, 21, 23, 33, a, c, g, h, i, j,
Dessert 	Apfelkompott 3,19, 28	Fruchtgelee mit Vanillesoße 3, 13, 19, 20, 24 a, c, g,	Obstsalat 3,19, 28	Vanillepudding mit Karamellsoße 3, 9, 19,20, 28, 29, 32 , a, c, g, h

01 / Stand: 01.09.2025 / KL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll




HR5780 FL –

Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe 1= pflanzliches Öl, 2=Konservierungsstoffe,3=Zitronensäure,4=Antioxidationsmittel,5= Geschmacksverstärker, 6=geschwefelt, 7=Farbstoff, 8=Phosphat,9=Milcheiweiß, 10=pasteurisierte Milch, 11=koffein,12=Dextrose/Glucose,13=Süßungsmitteln,14=Phenylalaninquelle,15=gewachst,16= Taurin, 17= geschwärzt, 18= Pökelsalz, 19= Backtriebmittel, 20= Fruchtzucker, 21=Lactose 22=Johannesbrotkernmehl, 23= Hefen, 24= Trennmittel: Stärke, 25= Beta Carotin, 26= Carragen, 27=Lecithin, 28= Emulgatoren, 29=Vanillin, 30=Gelatine, 31= Verdickungsmittel, 32= Säurerkulturen, 33= natürliche Aromen, 34= Stabilisatoren, 35= modelliertes Lab, 36=Milchsäurebakterien, 37= Schmelzsalze 38= Erbseneiweiß, (S) Schwein, (R)= Rind, (K)= Kalb, (L)= Lamm, (G)= Geflügel (F) = Fisch

Allergene: a= glutenhaltiges Getreide, b=Krebstiere, c=Eier, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g=Milch, h= Schalenfrüchte, i= Sellerie, j=Senf, k =Sesamsamen, l=Schwefeldioxid u. Sulfite, m=Lupinen, o=Histamin

Speiseplan KW 05 vom 26.01.2026 bis 29.01.2026
Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 00.2025	Montag 26.01.	Dienstag 27.01.	Mittwoch 28.01.	Donnerstag 29.01.
Gericht 1 	siehe Gericht 2	Fisch Toscana gebraten (F) an Käse-Soße dazu Wildreis und Salat 1,6, 18, 20, 22, 32, 34 a, b, c, d, g, h, i, j, l,	Hackfleisch- Dippe mit Kartoffelpüree 1, 2, 11, 13, 19, 28, a, g, i, j, l	Keine Verpflegung Winterseminar
Gericht 2 	Fusilli mit Gemüse in einer sahnigen Soße und Salat 1, 9, 18, 20, 32, 34, 35, 36, a, c, g, l,	pochiertes Ei auf Spinat-Risotto an Käse-Soße 1, 3, 9, 10, 13, 19, 23, a, c, g, h, i, j	Vegetarische Hack- Fleisch- Dippe mit Kartoffelpüree 1, 2, 11, 13, 19, 28, a, g, i, j,	Keine Verpflegung Winterseminar
Dessert 	Joghurtspeise mit Pirsich - Maracuja 3, 20, 24, 28, 31, a f, g, o	Walnuss- Sahne Creme 7, 9, 11, 20, 25, 28, 29, 32, a, c, g, h,	Himbeer- Grütze Vanillesoße 3, 13, 19, 20, 24 a, c, g,	Keine Verpflegung Winterseminar

01 / Stand: 01.09.2025 / KL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll

HR5780 FL –



Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe 1= pflanzliches Öl, 2=Konservierungsstoffe,3=Zitronensäure,4=Antioxidationsmittel,5= Geschmacksverstärker, 6=geschwefelt, 7=Farbstoff, 8=Phosphat,9=Milcheiweiß, 10=pasteurisierte Milch, 11=koffein,12=Dextrose/Glucose,13=Süßungsmitteln,14=Phenylalaninquelle,15=gewachst,16= Taurin, 17= geschwärzt, 18= Pökelsalz, 19= Backtriebmittel, 20= Fruchtzucker, 21=Lactose 22=Johannesbrotkernmehl, 23= Hefen, 24= Trennmittel: Stärke, 25= Beta Carotin, 26= Carragen, 27=Lecithin, 28= Emulgatoren, 29=Vanillin, 30=Gelatine, 31= Verdickungsmittel, 32= Säurerkulturen, 33= natürliche Aromen, 34= Stabilisatoren, 35= modelliertes Lab, 36=Milchsäurebakterien, 37= Schmelzsalze 38= Erbseneiweiß, (S) Schwein, (R)= Rind, (K)= Kalb, (L)= Lamm, (G)= Geflügel (F) = Fisch

Allergene: a= glutenhaltiges Getreide, b=Krebstiere, c=Eier, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g=Milch, h= Schalenfrüchte, i= Sellerie, j=Senf, k =Sesamsamen, l=Schwefeldioxid u. Sulfite, m=Lupinen, o=Histamin

Speiseplan vom 00.00.2025 bis 00.00.2025

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 00.2025	Montag 00.00.	Dienstag 00.00.	Mittwoch 00.00.	Donnerstag 00.00.
Gericht 1 				
Gericht 2 				
Dessert 				

01 / Stand: 01.09.2025 / KL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll

HR5780 FL –

Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe 1= pflanzliches Öl, 2=Konservierungsstoffe,3=Zitronensäure,4=Antioxidationsmittel,5= Geschmacksverstärker, 6=geschwefelt, 7=Farbstoff, 8=Phosphat,9=Milcheiweiß, 10=pasteurisierte Milch, 11=koffein,12=Dextrose/Glucose,13=Süßungsmitteln,14=Phenylalaninquelle,15=gewachst,16= Taurin, 17= geschwärzt, 18= Pökelsalz, 19= Backtriebmittel, 20= Fruchtzucker, 21=Lactose 22=Johannesbrotkernmehl, 23= Hefen, 24= Trennmittel: Stärke, 25= Beta Carotin, 26= Carragen, 27=Lecithin, 28= Emulgatoren, 29=Vanillin, 30=Gelatine, 31= Verdickungsmittel, 32= Säurerkulturen, 33= natürliche Aromen, 34= Stabilisatoren, 35= modelliertes Lab, 36=Milchsäurebakterien, 37= Schmelzsalze 38= Erbseneiweiß, (S) Schwein, (R)= Rind, (K)= Kalb, (L)= Lamm, (G)= Geflügel (F) = Fisch

Allergene: a= glutenhaltiges Getreide, b=Krebstiere, c=Eier, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g=Milch, h= Schalenfrüchte, i= Sellerie, j=Senf, k =Sesamsamen, l=Schwefeldioxid u. Sulfite, m=Lupinen, o=Histamin