

Speiseplan: KW 45. vom 02.11.2026 bis 06.11.2026

OGS Carl Ludwig Jessen Niebüll

Gerichte	Montag 02.11	Dienstag 03.11	Mittwoch 04.11	Donnerstag 05.11	Freitag 06.11
Gericht 1 	Siehe Gericht 2	Fischschnitte (F) mit Gemüsekruste dazu Kartoffelpüree und Tomatensalat 1, 13, a, c, d, g, i, j,	Gulasch vom Rind (R) mit Nudeln 1, 3, 13, a, c, g, i, j,	siehe Gericht 2	Linsensuppe mit Wiener Würstchen und Brot 1, 2, 3, 7, 13, a, c, f, g, h, i, j,
Gericht 2 	Rahm- Tortellini mit Gemüse überbacken 1, 13, a, c, g, h, l, j,	gefüllte Tomate überbacken auf Reis- Porree- Nudeln 13 a, c, g, i,	Kartoffel-Gulasch mit Nudel 1, 3, 13, a, c, g, h, i, j,	Frühlingsrolle mit Gemüsefüllung dazu Curry-Reis 1, 10, 13, a, c, e, f, g, h, l, j, k	Linsensuppe mit Brot 1, 13, a, c, f, g, h, i, j,
Dessert 	Joghurtspeise mit Pfirsich Maracuja 1, 13, a, c, g,	Rote Grütze mit Sahne 1, 13, a, c, g, h	Nougatcreme 1, 13, a, c, f, g, h,	Apfel- Milchreis 1, 4, 5, 13, c, g, h, l	Berliner 13, a, c, f, g, h, j,

Wir verwenden ausschließlich jodiertes Salz

01 / Stand: 24.10.2024 / GL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll

HR5780 FL –

Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe: 1= mit Farbstoff, 2= mit Konservierungsstoff, 3= Antioxidationsmittel, 4= mit Geschmacksverstärker 5= geschwefelt, 6= geschwärzt, 7= mit Phosphat, 8=mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnisse), 9= koffeinhaltig, 10= chininhaltig, 11= Süßungsmittel, 12= gewachst, 13=Lactose (S) **Schwein**, (R)= **Rind**, (K)= **Kalb**, (L)= **Lamm**, (G)= **Geflügel** (F) = **Fisch**

Allergene: a= glutenhaltiges Getreide,- Erzeugnisse, a1. Weizen, a2. Roggen, a3. Gerste, a4. Hafer, a5 Dinkel, a6. Kamut

b=Krebstiere,- u. Erzeugnisse, c=Eier,- Erzeugnisse d=Fisch,- Erzeugnisse, e=Erdnüsse,- Erzeugnisse f=Soja, Sojaerzeugnisse g=Milch,- Milcherzeugnisse h= Schalenfrüchte, u. Erzeugnisse i= Sellerie.

Erzeugnisse j=Senf,-u.Senferzeugnisse k =Sesamsamen,- Erzeugnisse l=Schwefeldioxid u. Sulfite, m= Lupinen-u. Erzeugnisse

n= Weichtiere. Erzeugnisse

Speiseplan: KW 46. Vom 09.11.2026 bis 13.11.2026

OGS Carl Ludwig Jessen Niebüll

Gerichte	Montag 09.11	Dienstag 10.11	Mittwoch 11.11	Donnerstag 12.11	Freitag 13.11
Gericht 1 	Siehe Gericht 2	Schweineschnitzel mit Tomaten- Mozzarella- Kruste (S) an Kräutersoße dazu Kartoffelnoccis 1, 3, 13, a, c, g, i, j,	geschmorte Hackfleisch – Spitz- Kohl- Pfanne (R) mit Kartoffelpüree 1, 13, a, g, l, j, l	Hot Dogs 1, 2, 3, 4, 5, 7, 11, 13, a1, c, g, i, j, h	siehe Gericht 2
Gericht 2 	Bratkartoffel- Zucchini Auflauf mit Käse Paprika-Kräuter- Salsa 1, 3, 13 a, c, g, i,	Vegetarische Schnitzel mit Tomaten- Mozzarella Kruste Kräutersoße dazu Kartoffelnoccis 1, 3, 13 a, c, g, h, i, k,	Geschmorte Spitz-Kohl-Pfanne mit Kartoffelpüree 1, 13, f, g, l, j,	vegetarische Hot Dogs 1, 13, a, c, f, i, j, k,	Pancakes mit Ahornsirup und Birnen- Grütze 1, 13, a, c, g, h,
Dessert 	Dänische Himbeercreme 1, 13, a, c, f, g,	Quarkspeise mit Aprikosen 1, 13, a, g, e, f, h,	Orangencreme 1, 13, a, c, f, g,	Joghurt- Gelee mit Obstkompott 1, 13, a, c, g,	Eis 1, 13 a, c, f, h,

Wir verwenden ausschließlich jodiertes Salz

01 / Stand: 24.10.2024 / GL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll

HR5780 FL –

Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe: 1= mit Farbstoff, 2= mit Konservierungsstoff, 3= Antioxidationsmittel, 4= mit Geschmacksverstärker 5= geschwefelt, 6= geschwärzt, 7= mit Phosphat, 8=mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnisse), 9= koffeinhaltig, 10= chininhaltig, 11= Süßungsmittel, 12= gewachst, 13=Lactose **(S)** Schwein, **(R)**= Rind, **(K)**= Kalb, **(L)**= Lamm, **(G)**= Geflügel **(F)** = Fisch

Allergene: a= glutenhaltiges Getreide,- Erzeugnisse, a1.Weizen, a2. Roggen, a3. Gerste, a4.Hafer, a.5 Dinkel, a6.Kamut

b=Krebstiere,- u. Erzeugnisse, c=Eier,- Erzeugnisse d=Fisch,- Erzeugnisse e=Erdnüsse,- Erzeugnisse f=Soja, Sojaerzeugnisse g=Milch,- Milcherzeugnisse h= Schalenfrüchte, u. Erzeugnisse i= Sellerie.

Erzeugnisse j=Senf,-u.Senferzeugnisse k =Sesamsamen,- Erzeugnisse l=Schwefeldioxid u. Sulfite, m= Lupinen-u. Erzeugnisse

n= Weichtiere. Erzeugnisse

Speiseplan: KW 47. vom 16.11.2026 bis 20.11.2026

OGS Carl Ludwig Jessen Niebüll

Gerichte	Montag 16.11	Dienstag 17.11	Mittwoch 18.11	Donnerstag 19.11	Freitag 20.11
Gericht 1 	siehe Gericht 2	Gebackener Fisch auf Asia-Gemüse dazu Chinanudeln 1, 2, 3, 4, 10, 13, a, b, c, d, e, f, h, i, j, g, l,	Spaghetti Carbonara 1, 2, 3, 7, 13, a, c, g, h, i, j	Hähnchenschnitte (G) Cordon bleu an Ofengemüse dazu Kartoffelwürfel 1,2, 3, 7, 13, a, c, g, h, i, j,	Kürbiscremesuppe mit Mettwurst (S) dazu Brot 1, 2, 3, 4, 5, 7, 11, 13, a1, c, g, i, h, i, j,
Gericht 2 	Chili-sin Carne mit Fladenbrot 1,3, 18, 22, 32, a	Gebratene Chinanudeln mit Asia- Gemüse 1, 2, 3, 4, 10, 13, a, c, e, f, h, i, j, g, l,	Spaghetti mit Erbsen- Carbonara 1, 3, 13, a, c, g, h, i, j	Eierpfannkuchen mit Gemüse- Käsefüllung dazu Kartoffelwürfel 1,2, 3, 13, a, c, f, g, h, i, j	Kürbiscremesuppe mit Grießklößchen dazu Brot 13, a1, c, g, i, h,
Dessert 	Quarkspeise mit Bananen 1, 13, a, g, e, f, h,	Mango- Mousse 1, 13, a, c, f, g, h,	Obst	Panna Cotta mit Fruchtsoße 1, 13, a, g, h,	Nougat-Muffins 1, 2, 3, 13, a, c, e, f, g, h, j,

Wir verwenden ausschließlich jodiertes Salz

01 / Stand: 24.10.2024 / GL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll

HR5780 FL –

Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe: 1= mit Farbstoff, 2= mit Konservierungsstoff, 3= Antioxidationsmittel, 4= mit Geschmacksverstärker 5= geschwefelt, 6= geschwärzt, 7= mit Phosphat, 8=mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnisse), 9= koffeinhaltig, 10= chininhaltig, 11= Süßungsmittel, 12= gewachst, 13=Lactose (**S**) **Schwein**, (**R**)= **Rind**, (**K**)= **Kalb**, (**L**)= **Lamm**, (**G**)= **Geflügel** (**F**) = **Fisch**

Allergene: a= glutenhaltiges Getreide,- Erzeugnisse, a1. Weizen, a2. Roggen, a3. Gerste, a4. Hafer, a5 Dinkel, a6. Kamut

b=Krebstiere,- u. Erzeugnisse, c=Eier,- Erzeugnisse d=Fisch,- Erzeugnisse, e=Erdnüsse,- Erzeugnisse f=Soja, Sojaerzeugnisse g=Milch,- Milcherzeugnisse h= Schalenfrüchte, u. Erzeugnisse i= Sellerie.

Erzeugnisse j=Senf,-u.Senferzeugnisse k =Sesamsamen,- Erzeugnisse l=Schwefeldioxid u. Sulfite, m= Lupinen-u. Erzeugnisse

n= Weichtiere. Erzeugnisse

Speiseplan: KW 48. vom 23.11. 2026 bis 27.11.2026

OGS Carl Ludwig Jessen Niebüll

Gerichte	Montag 23.11	Dienstag 24.11	Mittwoch 25.11	Donnerstag 26.11	Freitag 27.11
Gericht 1 	siehe Gericht 2	Bratwurst auf (S) Rahmwirsing dazu Kartoffelstampf 1, 2, 3, 4, 5, 7, 11, 13, a1, c, g, i, j, h	Bami Goreng mit Geflügelfleisch und Gemüse in pikanter Soße 1, 2, 3, 4, 10, 13, a, c, e, f, h, l, j, k,	Fisch-Pfanne mit Gemüse und Kartoffeln an Currysoße 1, 3, 11, 13, a, c, d, g, i, j, k,	siehe Gericht 2
Gericht 2 	Spinatspätzle an Käsesoße 1, 13, a, c, g, h, l, j,	vegetarische Bratwurst Rahmwirsing dazu Kartoffelstampf 1, 2, 3, 4, 5, 7, 11, 13, a1, c, f, g, i, j, h	Bami Goreng mit Gemüse in pikanter Soße 1, 2, 3, 4, 10, 13, a, c, e, f, h, l, j, k	Getreide-Pfanne mit Gemüse und Kartoffeln an Currysoße 1, 3, 11, 13, a, c, f, g, i, j, k,	Milchreis mit Kirschen und Zimt- Zucker 1, 13 a, a1, c, g, h,
Dessert 	Dänischer Apfelkompott 1, 5, 13, g, h, l	Pistazien- Creme mit Kirschen 1, 2, 3, 4, 11, 13, a, c, f, g, h, k,	Joghurtspeise mit Mandarinen 1, 13, a, c, g,	Obstsalat 1, 5, 13, c, g, h, l	Eis 1, 13 a, c, f, h,

Wir verwenden ausschließlich jodiertes Salz

01 / Stand: 24.10.2024 / GL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll

HR5780 FL –

Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe: 1= mit Farbstoff, 2= mit Konservierungsstoff, 3= Antioxidationsmittel, 4= mit Geschmacksverstärker 5= geschwefelt, 6= geschwärzt, 7= mit Phosphat, 8=mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnisse), 9= koffeinhaltig, 10= chininhaltig, 11= Süßungsmittel, 12= gewachst, 13=Lactose (S) **Schwein**, (R)= **Rind**, (K)= **Kalb**, (L)= **Lamm**, (G)= **Geflügel** (F) = **Fisch**

Allergene: a= glutenhaltiges Getreide,- Erzeugnisse, a1. Weizen, a2. Roggen, a3. Gerste, a4. Hafer, a5 Dinkel, a6. Kamut

b=Krebstiere,- u. Erzeugnisse, c=Eier,- Erzeugnisse d=Fisch,- Erzeugnisse, e=Erdnüsse,- Erzeugnisse f=Soja, Sojaerzeugnisse g=Milch,- Milcherzeugnisse h= Schalenfrüchte, u. Erzeugnisse i= Sellerie.

Erzeugnisse j=Senf,-u.Senferzeugnisse k =Sesamsamen,- Erzeugnisse l=Schwefeldioxid u. Sulfite, m= Lupinen-u. Erzeugnisse

n= Weichtiere. Erzeugnisse