




Speiseplan vom 02.02.2026 bis 05.02.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 05.2026	Montag 02.02.	Dienstag 03.02.	Mittwoch 04.02.	Donnerstag 05.02.
Gericht 1 	Siehe Gericht2	Backfisch (F) an Remouladensoße dazu Kartoffelspalten und Gurkensalat 1, 2, 3, 8, 26, 28, a, c, d, j,	Gulaschsuppe (R) mit Kartoffeln 1, a, g, i, j, n	Hähnchenkeule (G) geschmort auf Kartoffel- Pastinaken Püree dazu Möhrenrohsalat 1, 3, 9, 32, a, g, i, j,
Gericht 2 	Winter- Ofengemüse mit Kartoffeln Kräuterquark 1, 3, 9, 18, 22, 32, 32, 34, 35, a, g, i, j, o	veget. Backschnitte an Mayonnaisen- Soße dazu Kartoffelspalten und Gurkensalat 1, 2, 3, 8, 26, 28, a, c, j,	Gulaschsuppe vegetarisch mit Kartoffeln 1, 37 a, f, g, i, j, n	Kartoffel- Möhren- Gratin mit Kerbel- Dip 1, 3, 9, 18, 20, 22, 24, 32, 34, a, g, i, j,
Dessert 	Joghurtspeise mit Erdbeeren 3,4,24,28,29,32,35, a, c, g,	Grießpudding mit Fruchtsoße 3, 19,20,28,29, 32, a, c, g, h,	Götterspeise mit Vanillesoße 3,4,5,12,28,29,32, a, c, g, h,	Quarkspeise Schwarzwälder-Art 3,19,20,28,32,35 g, h, o,

01 / Stand: 26.01.2026 / 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 09.02.2026 bis 12.02.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 06.2026	Montag 09.02.	Dienstag 10.02.	Mittwoch 11.02.	Donnerstag 12.02.
Gericht 1 	Siehe Gericht 2	Siehe Gericht 2	Chili Con Carne (R) Brot 1, 3, 18, 22, 23, 30, a, g, i, j, l, n, o	Pfannengyros (S) im Pita- Brot mit Tzaziki dazu Krautsalat 1, 3, 9, 22, 27, 32, 35, 38, 40, a, c, f, g, k,
Gericht 2 	vegetarische Lasagne 1,3, 8, 9, 18, 20, 22, 26, 34, 38, 39, a, c, g, i,	Gebackene Sojastreifen an Chinanudeln 1, 3, 18,19, 22, 32, a, c, h, i, k,	Chili sin Carne Brot 1, 3, 18, 22, 23, 30, 37 a, f, g, i, j, n, o	Falafel im Pita- Brot mit Tzaziki und Krautsalat 1, 3, 9, 18, 19, 22, 27, 32, 35, 37, a, c, g, h, i,
Dessert 	Joghurtspeise mit Heidelbeeren 3,4,24,28,29,32,35, a, c, g,	Mandelcreme mit Orangenkompott 3,4,24,25, 28,32, a, c, g,	Caramel-Creme 7, 9, 11, 20, 25, 28, 29, 32, a, c, g, h,	Quarkspeise Stracciatella 9, 19,28,32,35, g, h,

01 / Stand: 26.01.2026 / 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 16.02.2026 bis 19.02.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 07.2026	Montag 16.02. Rosenmontag	Dienstag 17.02. Fastnacht	Mittwoch 18.02. Aschermittwoch	Donnerstag 19.02.
Gericht 1 	Hähnchen- Nuggets (G) mit Pommes frites BBQ- Soße 1, 2, 3, 8, 26, 28, a, c, j,	Fischschnitte (F) mit Tomatenkruste an Basilikumsoße und Reis 1, 3, 23, 30, 32, a, c, d, i, j, n, o	Currywurstgulasch (S) mit Kartoffelspalten 1, 8, 11, 27, 30, 32, 33, a, i, j	Frikadelle (R) an BBQ Soße dazu Butterbohnen und Salzkartoffeln 1,3, 6, 9, 18, 20, 22, 32, a, c, g, i, j, l
Gericht 2 	Plant Nuggets mit Pommes frites BBQ Soße 1, 2, 3, 8, 26, 28, a, c, j,	Reiskroketten auf Ratatouillegemüse 1, 3, 32, a, c, i, j, n, o	Vegetarisches Currywurstgulasch mit Kartoffelspalten 1, 8, 11, 27, 30, 32, 33, a, i, j	Bohnenbouletten an BBQ- Soße dazu Bratkartoffeln 1,3, 6, 9, 18, 20, 22, 32, 34, 36 a, c, g, i,
Dessert 	Berliner 1, 3, 11, 12, 18, 19, 22, 23, 31, 42 a, c, g, h, n	Sahneflammeri mit Rhabarbersoße 3,19,20,28,29,32 a, c, f, g,	Joghurtspeise mit Mango Frucht 3,4,24,28,29,32,35, a, c, g,	Frucht- Grütze 3, 9, 19, 20, g,

01 / Stand: 26.01.2026 / 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 23.02.2026 bis 26.02.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 08.2026	Montag 23.02.	Dienstag 24.02.	Mittwoch 25.02.	Donnerstag 26.02.
Gericht 1 	Siehe Gericht 2	gebratene Fischfrikadelle (F) Kräuter- Dip mit gestovtem Gemüse Pellkartoffeln 1, 18, 22, a, c, d, g, i, j, n,	Tortellini (R) mit Spinat in Käse- Sahne-Soße 1, 3, 11, 23, 32, 33, 34, a, c, g, i, j, l, n	Gefüllte Paprikaschote (R) an Butterreis 1, 3, , 32, a, c, g, i, j,
Gericht 2 	, Knusperkartoffeln dazu Möhrensalat 1, 3, 7, 9, 18, 20, 22, 34, 41, a, g,	gebratene Gemüse-Frikadelle an Kräuter- Dip mit gestovtem Gemüse dazu Pellkartoffeln 1, 3, 32, 37 a, c, f, i, j, n, o	vegetarische Tortellini mit Spinat in Käse- Sahne Soße 1, 3, 11, 23, 32, 34, a, c, f, g, i, j, n	vegetarische Paprikaschote gefüllt an Butterreis 1, 3, , 32, a, c, g, i, j,
Dessert 	Pochierte Birne mit Schokoladensoße 3,9,20,28,32, a, c, g, h,	Joghurtspeise mit Kirschen 3,4,24,28,29,32,35, a, c, g,	Götterspeise mit Vanillesoße 3,4,5,12,28,29,32, a, c, g,	Erdbeercreme 20, 23, 27, 28,29, 30,33, a, c, g, h,

01 / Stand: 26.01.2026 / 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= Säuerkulturen, 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