










Speiseplan vom 04.05.2026 bis 08.05.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 00.2025	Montag 04.05.	Dienstag 06.05.	Mittwoch 07.05.	Donnerstag 08.05.
Gericht 1 	Siehe Gericht 2	Hirten- Rolle vom Rind(R) an Tzaziki dazu Gnocchi und einen Tomaten- Gurken- Salat 1, 3, 9, 10, 19, 21, 23, 24, 33, 35, 37, a, c, g, l, j, l, O	Puten-Ragout (G) mit Cashewkerne und Basmati- Reis 1, 3, 9, 18, 20, 22, 32, a, g, h	Fischfrikadelle (F) an Zitronen- Joghurt- Mayonnaise dazu gebratene Kartoffeln und einem Salat 1, 3, 9, 18,20, 22, 32, 35, a, c, d, g, i, o
Gericht 2 	Paprika- Kartoffelpfanne mit Kräuterquark 1, 9, 20,36, a, g, i, j,	Eieromelett an Tzaziki dazu Gnocchi und einen Tomaten- Gurken- Salat 1, 3, 9, 10, 19, 21, 23, 24, 33, 35, 37, a, c, g, O	Wraps mit fruchtiges Gemüse- Füllung dazu Cashewkerne Basmati- Reis 1, 3, 18,19, 22, 32, 37, a, c, e, g, i,	gebackene Zucchini an Tiroler Soße dazu Nudelsalat 1, 3, 9, 18,20, 22, 32, 35, a, c, g, i, o
Dessert 	Joghurtspeise mit Pfirsich Maracuja 3,4,24,28,29,32,35, a, c, g,	Birnenkompott mit Walnüssen und Schokoladensoße 3, 6, 19, 14, 28, h,	Götterspeise mit Vanillesoße 3,4,5,12,28,29,32, a, c, g, h,	Nuss- Nougat-Creme 3,19,20,28,29,32 a, c, f, g,

Speiseplan vom 11.05.2026 bis 14.05.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 00.2025	Montag 11.05.	Dienstag 12.05.	Mittwoch 13.05.	Donnerstag 14.05.
Gericht 1 	Bratwurst (S) an gestovtem Frühlings- Gemüse dazu Salzkartoffeln 1,2,4,5,7,8,9, ,17 18, ,20,21,22, 23,27,30,31,32, a, c, f, h, i, j, l,	Putenschnitzel mit Mailänder Panade (G) an Tomatensoße dazu grüne Bandnudeln 1,3,31,32, a, c, g, i,	Erbsensuppe (S) mit Speck und Gemüse an Brot 1,3,9,20,32 a, g, i, j	Geschlossen/ Christi Himmelfahrt 
Gericht 2 	vegetarische Bratwurst an gestovtem Frühlings- Gemüse dazu Salzkartoffeln 1,2,4,5,7,8,9, ,17 18, ,20,21,22, 23,27,30,31,32, a, c, f, h, i, j, l,	Frittate mit Gemüse und Käse dazu gebratene Kartoffeln 1.3,9, 19, 20, 22, 32, 34, 36, a, c, g, i, o	vegetarische Erbsensuppe an Brot 1,3,9,20,32 a, g, i, j	Geschlossen/ Christi Himmelfahrt 
Dessert 	Quarkspeise mit Mango 3,4,24,28,29,32,35, a, c, g,	Waldmeistergelee mit Vanillesoße 5,7,24,28,29 ,32, a, c, g,	gefüllte Eierpfannkuchen 1,3, 9, 10, 19, 23, 29, 33, a, c, g, h	Geschlossen/ Christi Himmelfahrt 

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=Anitoxidationsmittel,5= Geschmacksverstärker, 6=geschwefelt, 7=Farbstoff, 8=Phosphat,9=Milchweiß, 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 18.05.2026 bis 21.05.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 00.2025	Montag 18.05.	Dienstag 19.05.	Mittwoch 20.05.	Donnerstag 21.05.
Gericht 1 	Siehe Gericht 2	Cevapcici (R) Ratatouille-Gemüse dazu Aioli-Soße dazu Kräuterreis 1,3,18,19,20,22, 32 a, c, g, h, i, l,	Hühner- Frikassee (G) mit Spargel und Erbsen an Butterreis 1,3,6, 9, 18, 22, 20,32,34, a, c, g, h, l, o,	Wraps mit Fischstäbchen- Füllung (F) dazu Knoblauch- Dip Kartoffelspalten 1, 3, 18, 19, 20,22,32, a, c, d, g, h, i, j, o
Gericht 2 	Schupfnudel auf Rahmgemüse mit Salat 1,20,23,24, 34 , a, c, g, i	Gebackener Käse und Reiskroketten auf Ratatouille Gemüse dazu Aioli Soße 1,3,18,19,20,22, 32 a, c, g, h, i, l,	Tofu - Frikassee dazu Buttereis 1,3, 11, 3, 32 a, g, i, j,	Wraps mit Falafel Füllung dazu Erdnuss-Dip Kartoffelspalten 1, 3, 18,19, 22, 32, 37, a, c, e, g, i,
Dessert 	Quarkspeise mit Heidelbeeren 3,4,24,28,29,32,35, a, c, g,	Schokoladenpudding mit Kirschsoße 3,4,24,28,29,32, 35, a, c, g,	Kokoscreme 9, 20, 23, 24, 28, 32 c, g, h, l	Apfelgelee mit Vanillesoße 5,7,24,28,29 ,32, a, c, g, i,

01 / Stand: 01.09.2025 / KL

BAW Südtondern gGmbH – Peersweg 20 – 25899 Niebüll

HR5780 FL –



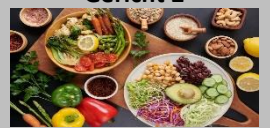



Geschäftsführer: Hauke Brückner

Inhaltsstoffe 1= pflanzliches Öl, 2=Konservierungsstoffe,3=Zitronensäure,4=Anitoxidationsmittel,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= geschwärtzt, 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 25.05.2026 bis 28.05.2026

Carl- Ludwig- Jessen Schule Niebüll

KW 00.2025	Montag 25.05.	Dienstag 26.05.	Mittwoch 27.05.	Donnerstag 28.05.
Gericht 1 	Pfingstmontag 	Lasagne mit Hackfleisch (R) 1, 3, 9, 10, 19, 21, 23, 24, 33, 35, 37, a, c, g, l, j, l, O	Siehe Gericht 2	Gebackenes Fischfilet (F) Tomatensoße Kartoffelsalat 1, 3, 9, 18,20, 22, 32, 35, a, c, d, g, i, o
Gericht 2 	Pfingstmontag 	Vegetarische Lasagne 1, 9,6,18,20,22,23, 31,32,33,34,36 a, c, g, h, i, o	Milchreis mit Kirschen und Zimt- Zucker 3, 9, 19, 20, 28, 32, a, g,	Eier überbacken auf Tomatenragout dazu Nudelsalat 1, 3, 9, 18,20, 22, 32, 35, a, c, g, i, o
Dessert 	Pfingstmontag 	Bayrische Creme mit Erdbeersoße 3,4,20,24,25, 28,32, a, c, g,	Obst	Grießflammeri mit Rhabarbersoße 3,19,20,28,29,32 a, c, f, g,