



# Mittagessen 1. bis 7. Jänner

Benediktinerstift Belmont - Stiftsküche



Sonntag	1	<b>Käseknödels.</b> AGCL 219kcal 1BE 11gEW	<b>Kalbsbraten mit Reis und Kaisergemüse</b> 550kcal 3BE 41gEW O		<b>Malakofftorte*</b> 447kcal 3,7BE 7gEW AGCH
	2	<b>Käseknödels.</b> AGCL 219kcal 1BE 11gEW	<b>Polentanocken auf Tomatenragout mit Gemüse</b> 472kcal 3BE 22gEW AC		<b>Malakofftorte*</b> 447kcal 3,7BE 7gEW AGCH
	3	<b>Käseknödels.</b> AGCL 219kcal 1BE 11gEW	<b>Gebackene Apfelscheiben mit Obstgarnitur</b> 412kcal/1,7BE AGC		<b>Karamellsauce</b> 155kcal 2BE 4gEW G
Montag	1	<b>Bohnsuppe</b> L 92kcal 0,3BE 2gEW	<b>Spaghetti Carbonara mit Maissalat</b> 627kcal 4,2BE 20gEW ACGOL		<b>Birnenkompott</b> 118kcal/2,4BE 9gEW -
	2	<b>Bohnsuppe</b> L 92kcal 0,3BE 2gEW	<b>Überbackene Käse-Gnocchi mit Maissalat</b> 662kcal 4BE 31gEW AGOL		<b>Birnenkompott</b> 118kcal/2,4BE 9gEW -
	3	<b>Bohnsuppe</b> L 92kcal 0,3BE 2gEW	<b>Sauerbraten mit Reis und Rotkraut</b> 4BE 37gEW GOL		<b>Birnenkompott</b> 118kcal/2,4BE 9gEW -
Dienstag	1	<b>Nockerlsuppe</b> AGCL 127kcal 1,5BE 5gEW	<b>Hühnernuggets mit Püree und Rettichsalat</b> 680kcal/4,8BE AGMOL		<b>Apfelmus</b> 79kcal 2BE 0,3gEW
	2	<b>Nockerlsuppe</b> AGCL 127kcal 1,5BE 5gEW	<b>Topfenschmarren mit Obstgarnitur</b> 510kcal 5BE 26gEW AGC		<b>Marillenröster</b> 110kcal 2BE 8gEW -
	3	<b>Nockerlsuppe</b> AGCL 127kcal 1,5BE 5gEW	<b>Gemüsepaella mit Rettichsalat</b> 371kcal 3BE 8gEW OL		<b>Apfelmus</b> 79kcal 2BE 0,3gEW
Mittwoch	1	<b>Karfilolcremesuppe</b> 163kcal 1BE 9gEW AGL	<b>Fleischknödeln mit Sauerkraut und Linsensalat</b> 641kcal 7BE 37gEW ACGOL		<b>Vanillepudding</b> 137kcal 2BE 3gEW G
	2	<b>Karfilolcremesuppe</b> 163kcal 1BE 9gEW AGL	<b>Tortelloni in Tomatensauce und Linsensalat</b> 796kcal 6BE 26gEW ACOLG		<b>Vanillepudding</b> 137kcal 2BE 3gEW G
	3	<b>Karfilolcremesuppe</b> 163kcal 1BE 9gEW AGL	<b>Hühnerschnitzel im Natursaft und Reis, Gemüse und Linsensalat</b> 488kcal 4BE 35gEW -		<b>Vanillepudding</b> 137kcal 2BE 3gEW G
Donnerstag	1	<b>Linsen-Karottens.</b> 160kcal 1BE 12gEW AL	<b>Bauernschmaus mit Knödel und Sauerkraut</b> 557kcal 2,6BE 40gEW AGCL		<b>Bananenmilch</b> 256kcal/2,8BE 9gEW G
	2	<b>Linsen-Karottens.</b> 160kcal 1BE 12gEW AL	<b>Ofenkartoffeln mit Spinat, Tomaten, Oliven und Krautsalat</b> 238kcal 3BE 5gEW		<b>Bananenmilch</b> 256kcal/2,8BE 9gEW G
	3	<b>Linsen-Karottens.</b> 160kcal 1BE 12gEW AL	<b>Dinkellaibchen mit Paprika in Dillsauce und Krautsalat</b> 437kcal/2,7BE AGLOC		<b>Apfel</b> 65kcal 1,2BE 0,4gEW-
Freitag	1	<b>Buchstabensuppe</b> 115kcal 1BE 7gEW AC	<b>Schweinsfilet in Pfefferrahmsauce mit Rösti und Chinakohlsalat</b> AGL		<b>Steirisches Tiramisu</b> 413kcal/2BE AGCH
	2	<b>Buchstabensuppe</b> 115kcal 1BE 7gEW AC	<b>Mandelschmarren</b> 610kcal 3,8BE 18gEW AGCH		<b>Zimt-Vanillesauce</b> 155kcal 2BE 4gEW G
	3	<b>Buchstabensuppe</b> 115kcal 1BE 7gEW AC	<b>Gemüseauflauf mit Chinakohlsalat</b> 468kcal 3BE 5gEW GOC		<b>Steirisches Tiramisu</b> 413kcal/2BE AGCH
Samstag	1	<b>Haferflockens.</b> 178kcal 1BE 5gEW AGL	<b>Gefüllte Paprika mit Kartoffeln und Schwarzwurzelsalat</b> 504kcal 4BE 36gEW MCOL		<b>Weincreme*</b> 179kcal 1,5BE 3GEW GOC
	2	<b>Haferflockens.</b> 178kcal 1BE 5gEW AGL	<b>Melanzani mit Gemüsefülle, Kartoffeln und Schwarzwurzelsalat</b> 414kcal 3BE 11gEW GO		<b>Weincreme*</b> 179kcal 1,5BE 3GEW GOC
	3	<b>Haferflockens.</b> 178kcal 1BE 5gEW AGL	<b>Gekochtes Scherzel mit Röstkartoffeln, Kürbissauce und Salat</b> 545kcal/2BE 32gEW -		<b>Naturjoghurt mit Frucht mousse</b> 153kcal

kcal=Kilokalorien BE=Proteinheiten gEW= Gramm Eiweiß \*=alkoholhaltige Speisen Tel.:03613 2312 340 Fax.:343

## ALLERGENE:

A= Glutenhaltiges Getreide  
 C= Eier von Geflügel  
 G = Milch/Laktose  
 D= Fisch

H = Schalenfrüchte  
 F = Sojabohnen  
 M = Senf  
 L = Sellerie  
 N = Sesam

O = Sulfite  
 B = Krebstiere  
 E = Erdnuss  
 P = Lupinen  
 R= Weichtiere