



Mittagessen 2. - 8. Juli 2023

Benediktinerstift Bmont - Stiftsküche



Sonntag	1	Frittatensuppe 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	Sautierte Schweinsmedaillons mit Reis und Kaisergemüse 447kcal 5BE 24gEW AGO 	Lambadaschnitte 388kcal 4BE 6gEW AGCHEF
	2	Frittatensuppe 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	Gebackene Selleriescheiben auf Krensauc und Endiviensalat 679kcal 2BE 6gEW ACOELH 	Lambadaschnitte 388kcal 4BE 6gEW AGCHEF
	3	Frittatensuppe 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	Krautfleckerln mit Endivien-Kartoffelsalat 634kcal 9BE 22gEW OL 	Lambadaschnitte 388kcal 4BE 6gEW AGCHEF
Montag	1	Klare Gemüsesuppe 86kcal -BE 4gEW L	Sauerbraten* mit Kroketten und Rotkraut 609kcal 4BE 37gEW AGOCL 	Topfenockerl mit Mus 181kcal 1,4BE 4gEW G
	2	Klare Gemüsesuppe 86kcal -BE 4gEW L	Serviettenknödel in Champignonsauce und Linsensalat 592kcal 3BE 16gEW AGCLO 	Topfenockerl mit Mus 181kcal 1,4BE 4gEW G
	3	Klare Gemüsesuppe 86kcal -BE 4gEW L	Griechischer Spinatauflauf in Knoblauchrahm und Linsensalat 340kcal 2BE 9gEW AGCLO 	Topfenockerl mit Mus 181kcal 1,4BE 4gEW G
Dienstag	1	Polentanockerlsuppe 204kcal 1BE 6gEW AGCL	Reisfleisch mit Chinakohlsalat 332kcal 3BE 17gEW OL 	Mandarinen-Orangensalat 182kcal 3,5BE 0,8EW -
	2	Polentanockerlsuppe 204kcal 1BE 6gEW AGCL	Vollkornnudeln in Gorgonzolasauce mit Chinakohlsalat 611kcal 5BE 21gEW ACGLO 	Mandarinen-Orangensalat 182kcal 3,5BE 0,8EW -
	3	Polentanockerlsuppe 204kcal 1BE 6gEW AGCL	Brokkoligratin in Dillsauce und Chinakohlsalat 417kcal 2BE 20gEW GOLC 	Mandarinen-Orangensalat 182kcal 3,5BE 0,8EW -
Mittwoch	1	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW GL	Bernerschnitzel mit Bratkartoffeln und Krautsalat 797kcal 4BE 43gEW MGO 	Haselnusspudding 150kcal 1,5BE 7gEW G
	2	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW GL	Spaghetti in Tomatensauce mit Krautsalat 460kcal 5BE 20gEW L 	Haselnusspudding 150kcal 1,5BE 7gEW G
	3	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW GL	Marillenknödeln in Fruchtsauce 521kcal 6BE 39gEW AGC 	Haselnusspudding 150kcal 1,5BE 7gEW G
Donnerstag	1	Buchstabensuppe 115kcal 1BE 7gEW ACL	Hühnernuggets mit Kartoffeln ,Kaisergemüse und Rotem Rübensalat 680kcal 5BE AC 	Steirisches Tiramisu 326kcal 2BE 5gEW AGH
	2	Buchstabensuppe 115kcal 1BE 7gEW ACL	Gnocchi mit Basilikumpesto ,Tomaten und Rotem Rübensalat 437kcal 5BE 13gEW ACGH 	Steirisches Tiramisu 326kcal 2BE 5gEW AGH
	3	Buchstabensuppe 115kcal 1BE 7gEW ACL	Kartoffelgulasch mit Pilzen und Roter Rübensalat 333kcal 2BE 11gEW LO 	Steirisches Tiramisu 326kcal 2BE 5gEW AGH
Freitag	1	Fenchel-Karottensuppe 129kcal 0,4BE 2gEW GL	Fischstäbchen mit Kartoffeln,Gemüsejulienne und Rettichsalat 572kcal 3BE 21gEW ACDO 	Zitronen-Joghurtcreme 200kcal 2BE 3gEW G
	2	Fenchel-Karottensuppe 129kcal 0,4BE 2gEW GL	Marzipanschmarren mit Obstgarnitur 820kcal 7BE 26gEW AGCH 	Karamellsauce 107kcal 1BE 3gEW
	3	Fenchel-Karottensuppe 129kcal 0,4BE 2gEW GL	Gratinierter Karotten-Hirse-Bratlinge mit Pilzsauce und Salat 600kcal 3,7BE 19gEW L 	Zitronen-Joghurtcreme 200kcal 2BE 3gEW G
Samstag	1	Zwiebelsuppe/Crouton s 180kcal 0,6BE 9g EW	Selchschof mit Grießknödel und Sauerkraut 747kcal 2,7BE 37gEW ACMOF 	Bananensalat 116kcal 2BE 1gEW-
	2	Zwiebelsuppe/Crouton s 180kcal 0,6BE 9g EW	Champignonomelette mit Karottensalat 319kcal 0,4E 22gEW 	Bananensalat 116kcal 2BE 1gEW-
	3	Zwiebelsuppe/Crouton s 180kcal 0,6BE 9g EW	Knacker gegrillt mit Püree ,Zucchini-scheiben und Karottensalat 622kcal 1,7BE 22gEW O 	Bananensalat 116kcal 2BE 1gEW-

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