



Mittagessen 3.- 9. November 2024

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	Reissuppe 134kcal 1BE 3gEW L	Schweinsbraten mit Knödel und Sauerkraut 675kcal 3BE 51gEW AGCF	Tiramisu* 413kcal 3BE 8gEW AGC
	2	Reissuppe 134kcal 1BE 3gEW L	Geröstete Knödeln mit Ei und Grünem Salat 672kcal 4BE 26gEW AFCGL	Tiramisu* 413kcal 3BE 8gEW AGC
	3	Reissuppe 134kcal 1BE 3gEW L	Blitzschnelles Kürbisgemüse aus dem Ofen mit Kartoffelspalten 426kcal 3BE 7gEW	Veganer Muffin 203kcal 2BE 25gEW AFH
Montag	1	Flaumknödelsuppe 141kcal 1BE 5gEW AGCFL	Chili con carne mit Polenta und Rotem Rübensalat 818kcal 7BE 55gEW AOLC	Apfel-Zimtjoghurt 103kcal 1BE 3gEW G
	2	Flaumknödelsuppe 144kcal 0,5BE 8gEW AL	Mohnnudeln mit Obstgarnitur 669kcal 5BE 16gEW AGC	Hollerröster 113kcal 2BE 2gEW -
	3	Suppe mit Croutons 141kcal 1BE 5gEW AFL	Melanzani m.Linsen-Paprikafülle, Couscous und Rotem Rübensalat 483kcal 2,5BE 28gEW OH	Veganes Joghurt 103kcal 1BE 3gEW-
Dienstag	1	Wurzelpüreesuppe 109kcal -BE 4gEW AL	Fleischkrapfen mit Warmen Krautsalat 628kcal 4BE 24gEW AGOC	Nougatpudding 199kcal 3BE 6gEW GF
	2	Wurzelpüreesuppe 109kcal -BE 4gEW AL	Tortelloni in Käsesauce und Krautsalat 792kcal 5BE 33gEW ACGOL	Nougatpudding 199kcal 3BE 6gEW GF
	3	Wurzelpüreesuppe 109kcal -BE 4gEW AL	Paprikahälften mit Erdäpfel-Gemüsefülle, Reis und Salat 513kcal 3BE 44gEW O	Apfel 61kcal 1BE 0,3gEW-
Mittwoch	1	Grießnockerlsuppe 143kcal 1BE 7gEW AGCL	Gebackenes Hühnerschnitzel mit Gemüsereis und Chinakohlsalat 777kcal 3BE 43gEW ACMOL	Bananencreme 158kcal 1BE 3gEW G
	2	Grießnockerlsuppe 143kcal 1BE 7gEW AGCL	Röstischmankerl in Pastinakensauce und Chinakohlsalat 486kcal 3BE 8gEW AGCMOL	Bananencreme 158kcal 1BE 3gEW G
	3	Grießnockerlsuppe 143kcal 1BE 7gEW AGCL	Gebratene Knackwurst mit Püree und Kürbissauce 623kcal 2BE 25gEW G	Bananencreme 158kcal 1BE 3gEW G
Donnerstag	1	Kräutercremesuppe 163kcal 0,6BE 5gEW ALO	Bauernschmaus mit Knödel und Sauerkraut 856kcal 5BE 40gEW AGCF	Nussgugelhupf 285kcal 1BE 5gEW AGCH
	2	Kräutercremesuppe 163kcal 0,6BE 5gEW ALO	Safran-Risotto mit Gemüse und Schwarzwurzelsalat 602kcal 5,5BE 20gEW GLO	Nussgugelhupf 285kcal 1BE 5gEW AGCH
	3	Kräutercremesuppe 163kcal 0,6BE 5gEW ALO	Steirischer Burger mit Käferbohnen und Salat 265kcal 3BE 36gEW ONA	Mandarine 54kcal 1BE 0,8gEW-
Freitag	1	Nudelsuppe 138kcal 1 BE 8gEW ACL	Forellenfilet mit Kräuterrisotto, Ofengemüse und Endiviensalat 670 kcal 3BE 36gEW AGOD	Birnenkompott 103kcal 2BE 0,5gEW
	2	Nudelsuppe 138kcal 1 BE 8gEW ACL	Apfelstrudel mit Obstgarnitur 464kcal 5BE 6gEW AHG	Zimtrahmsauce 220kcal 2BE 8gEW G
	3	Vegane Nudelsuppe 138kcal 1 BE 8gEW AL	Curry von Kürbis und Bohnen mit Kartoffeln und Endiviensalat 375kcal 4BE 11gEW LO	Birnenkompott 103kcal 2BE 0,5gEW
Samstag	1	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Filetspieß mit Wedges und Gemüse 560kcal 2BE 26gEW A	Schwarzwäldercreme* 139kcal 2,5BE 1gEW GFO
	2	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Kartoffelaibchen mit Gemüse, Dip und Chinakohlsalat 456kcal 2,4BE 11gEW AGCOM	Schwarzwäldercreme* 139kcal 2,5BE 1gEW GFO
	3	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Steirisches Wurzelfleisch mit Kartoffeln und Chinakohlsalat 530kcal 1,6BE 45gEW LO	Schwarzwäldercreme* 139kcal 2,5BE 1gEW GFO

kcal=Kilokalorien BE=Broteinheiten gEW= GrammEiweiß
*=alkoholhaltige Speisen Tel.:03613 2312 340 Fax.:343

ALLERGENE:	H=Schalenfrüchte	O=Sulfite
A= Glutenhaltiges Getr.	F=Sojabohnen	B=Krebstiere
C= Eier von Geflügel	M=Senf	E=Erdnuss
G = Milch/Laktose	L=Sellerie	P=Lupinen
D= Fisch	N=Sesam	R=Weichtiere

Segnete Mahlzeit

Herkunftsbezeichnung:	Flüssigdotter	OÖ	
Fleisch:			
Schweinefleisch	Stmk	Milch und Milchprodukte:	
Rindfleisch	Österreich	Butter	OÖ
Kalbsfleisch	Österreich	Topfen	Sbg
Huhn	Stmk	Sauerrahm	OÖ
Wild	Stiftisches Wild	Joghurt	OÖ
Eier:		Schlagobers	Stmk
Bio-Eier	Döllach/Stmk	Haltbar-Schlagobers	OÖ
Konventionelle Eier	Stmk	Käse	Österreich
Fisch:			
Forelle, Saibling, Wels	Österreich		
Fischstäbchen	Alaska Seelachs, gefangen im Nordwestpazifik		