



Mittagessen 4. -10.Oktober 2026

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Krautomelette mit Pilzen und Chutney 266kcal 1BE 13gEW C		Marille-Vanilletorte 287kcal 3BE 5gEW AGC
	2	Fleischstrudelsuppe 141kcal 1BE 6EW AGCL	Sautierte Schweinsmedaillons mit Reis und Steakgemüse 447kcal 5BE 24gEW ALG		Marille-Vanilletorte 287kcal 3BE 5gEW AGC

Montag	1	Linsensuppe m.Karotten 160kcal 1BE 12gEW AL	Gebackener Camembert mit Kartoffeln, Preiselbeerbirne, Krautsalat u. Dip 753kcal 3BE 24gEW AGOML		Fruchtcocktail 127kcal 1,5BE 4gEW-
	2	Linsensuppe m.Karotten 160kcal 1BE 12gEW AL	Paprikahuhn mit Kartoffeln und Krautsalat 587kcal 2BE 31gEW GAOL		Fruchtcocktail 127kcal 1,5BE 4gEW -

Dienstag	1	Sternchensuppe 115kcal 1BE 7gEW ACL	Ofenkartoffeln mit Champignons in Cremesauce und Salat 288kcal 3BE 7gEW-	 VEGAN	Apfel-Kokospüree 156kcal 2BE 5gEW-
	2	Sternchensuppe 115kcal 1BE 7gEW ACL	Pariserschnitzel mit Reis ,Gemüse und Tomatensalat 545kcal 3BE 43gEW AC		Apfel-Kokospüree 156kcal 2BE 5gEW-

Mittwoch	1	Reissuppe 134kcal 1BE 3gEW L	Nussnudeln 787kcal 9BE 11gEW AGCH		Marillenkompott 110kcal 2BE 0,6gEW -
	2	Reissuppe 134kcal 1BE 3gEW L	Schweizer Nudelpfanne mit Grünem Salat 694kcal 5BE 24gEW AGOC		Steirische Creme 367kcal 2,5BE 6gEW G

Donnerstag	1	Champignonsuppe 111kcal 0,2BE 3gEW AL	Kokos-Kürbissauce mit Rösti und Gurkensalat 457kcal 2BE 8gEW GOL	 VEGAN	Weintrauben 140kcal 3BE 0,3gEW -
	2	Champignonsuppe 111kcal 0,2BE 3gEW AL	Rindsgulasch mit Nockerln und Gurkensalat 689kcal 4BE 49gEW AL		Topfenstrudel 430kcal 4BE 11gEW AGC

Freitag	1	Krautsuppe 70kcal 0,4BE 3gEW L	Gemüselai bchen mit Weißem Bohnensalat 379kcal 3BE 11gEW O	 VEGAN	Fruchtjoghurt mit Müsli 127kcal 1,5BE 4gEW AGH
	2	Krautsuppe 70kcal 0,4BE 3gEW L	Lachsforellenfilet mit Kartoffeln und Weißem Bohnensalat 364kcal 2,5BE 35gEW AGOD		Fruchtjoghurt mit Müsli 127kcal 1,5BE 4gEW AGH

Samstag	1	Brokkolisuppe 152kcal 0,5BE 7gEW AGL	Spaghetti in Käsesauce und Grazer Krauthäuptel 527kcal 4BE 20gEW AGCO		Panna cotta* 265kcal 1,7BE 3,7gEW G
	2	Brokkolisuppe 152kcal 0,5BE 7gEW AGL	Mostbraten* mit Knödel und Sauerkraut 766kcal 3BE 51gEW AGCO		Panna cotta* 265kcal 1,7BE 3,7gEW G

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage:EAR Admont

kcal=Kilokalorien BE=Proteinheiten gEW=Gramm Eiweiß
*=alkoholhaltige Speisen

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

Gesegnete Mahlzeit

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