
































Speiseplan 5. bis 11. Februar 2023

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	Profiterolsuppe 120kcal 0,6BE 7gEW AL	Kalbsbraten mit Mandelbällchen und Gemüse 655kcal 2,5BE 50gEW AGC  	Donauwelle 272kcal 2BE 3gEW AGC
	2	Profiterolsuppe 120kcal 0,6BE 7gEW AL	Ofenkartoffeln mit Spinat, Tomaten, Oliven, und Grünem Salat 238kcal 3BE O 	Donauwelle 272kcal 2BE 3gEW AGC
	3	Profiterolsuppe 120kcal 0,6BE 7gEW AL	Krautfleckerln mit Grünem Salat 634kcal 9BE 22gEW ACOL 	Donauwelle 272kcal 2BE 3gEW AGC
Montag	1	Zucchini-suppe 105kcal 0,6BE 3gEW AGL	Gebratene Knackwurst mit Püree und Endiviensalat 823kcal 2BE 25gEW GOL 	Birnschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G
	2	Zucchini-suppe 105kcal 0,6BE 3gEW AGL	Gefüllte Kartoffelaibchen mit Rotkraut und Endiviensalat 466kcal 3BE AGCOL  	Birnschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G
	3	Zucchini-suppe 105kcal 0,6BE 3gEW AGL	Nockerlgemüsepfanne mit Ebdiviensalat 542kcal 5BE 20gEW AGC 	Birnschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G
Dienstag	1	Fenchelsuppe 129kcal 0,4BE 2gEW AGL	Gefüllte Schweineschulter mit Kartoffelrolle und Rotem Rübensalat 732kcal 3BE 45gEW AOGC 	Vanillejoghurt 154kcal 2BE 5gEW G
	2	Fenchelsuppe 129kcal 0,4BE 2gEW AGL	Gemügesticks mit Dip und Rotem Rübensalat 449kcal 2BE 12gEW AGOC 	Vanillejoghurt 154kcal 2BE 5gEW G
	3	Fenchelsuppe 129kcal 0,4BE 2gEW AGL	Apfel-Dinkelgrießauflauf 520kcal 5BE 15gEW CG  	Zwetschkenröster 110kcal 2BE 8gEW -
Mittwoch	1	Polentanockerlsuppe 204kcal 1Be 6gEW AGCL	Faschierte Rolle im Strudelteig mit Kartoffeln und Krautsalat 584kcal 3BE 29gEW AGCOF 	Schokoladenmousse 247kcal 2BE 5gEW GFC
	2	Polentanockerlsuppe 204kcal 1Be 6gEW AGCL	Eierschwammerl a la creme mit Serviettenknödel u. Krautsalat 543kcal 6BE 15gEW AGCFO  	Schokoladenmousse 247kcal 2BE 5gEW GFC
	3	Polentanockerlsuppe 204kcal 1Be 6gEW AGCL	Bunte Gemüsepfanne mit Kartoffeln und Krautsalat 358kcal 2BE 6gEW O 	Naturjoghurt mit Beeren 153kcal 1BE 3gEW G
Donnerstag	1	Karotten-Erbsensuppe 106kcal 0,5BE 3gEW L	Sauerbraten* mit Semmelknödel und Rotkraut 609kcal 4BE 37gEW AGOC 	Apfelschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC
	2	Karotten-Erbsensuppe 106kcal 0,5BE 3gEW L	Topfennocken auf Gemüse mit Schwarzwurzelsalat 337kcal 2BE 15gEW AGCOL  	Apfelschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC
	3	Karotten-Erbsensuppe 106kcal 0,5BE 3gEW L	Reisfleisch mit Schwarzwurzelsalat 332kcal 3BE 17gEW OL 	Apfelschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC
Freitag	1	Kürbiscremesuppe 134kcal 0,6BE 3gEW AGL	Fischstäbchen mit Kartoffeln und Chinakohlsalat 572kcal 3BE 21gEW ADCO 	Ananas mit Schlagobers 110kcal 1BE 0,8gEW G
	2	Kürbiscremesuppe 134kcal 0,6BE 3gEW AGL	Kaiserschmarren mit Fruchtgarnitur 526kcal 4BE 17gEW AGC 	Vanille- und Schokosauce 155kcal 2BE 4gEW G
	3	Kürbiscremesuppe 134kcal 0,6BE 3gEW AGL	Spaghetti in Olivensauce und Chinakohlsalat 519kcal 6BE 16gEW ACOD   	Ananassalat 74kcal 1,3BE 0,7gEW -
Samstag	1	Rollgerstensuppe 177kcal 1BE 10gEW AGL	Pariser Schnitzel mit Kartoffeln und Gemüse 714kcal 2BE 43gEW AOC 	Topfencreme 200kcal 1BE 6gEW G
	2	Rollgerstensuppe 177kcal 1BE 10gEW AGL	Melanzanischeiben mit Linsengemüse und Grünem Salat 508kcal 5BE 27gEW LO 	Topfencreme 200kcal 1BE 6gEW G
	3	Rollgerstensuppe 177kcal 1BE 10gEW AGL	Rindsschnitzel mit Reis und Gemüse 429kcal 3BE 26gEW AGML  	Topfencreme 200kcal 1BE 6gEW G

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

Gesegnete Mahlzeit