



# Mittagessen 7. -13. September 2025

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	<b>Knoblauchsuppe</b> 220kcal 1,1BE 4gEW AGL	<b>Lauchrahmnudeln mit Grünem Salat</b> 808kcal 5BE 26gEW AGC	 	<b>Kirschtorte*</b> 471kcal 4BE 8gEW AGC
	2	<b>Knoblauchsuppe</b> 220kcal 1,1BE 4gEW AGL	<b>Rindsbraten mit Vollkornnudeln, Gemüse und Grünem Salat</b> 697kcal 5BE 60gEW AMLGC		<b>Kirschtorte*</b> 471kcal 4BE 8gEW AGC

Montag	1	<b>Erbсенcremesuppe</b> 148kcal 1BE 7gEW AGL	<b>Gemüselai bchen mit Gurkensalat</b> 379kcal 3BE 11gEW O	  VEGAN	<b>Apfelkompott</b> 124kcal 2BE 0,4gEW -
	2	<b>Erbсенcremesuppe</b> 148kcal 1BE 7gEW AGL	<b>Gegrillte Hühnerbruststreifen mit Pommes frites und BBQ-Karfiol</b> 422kcal 2BE 30gEW-		<b>Apfel in Vanillesauce</b> 204kcal 3BE 4gEW G

Dienstag	1	<b>Bröselknödeluppe</b> 129kcal 1BE 5gEW AGCL	<b>Glasnudeln mit Gemüse und Krautsalat</b> 241kcal 3BE 2gEW LO	  VEGAN	<b>Ananaskompott</b> 200kcal 4BE 0,6gEW-
	2	<b>Bröselknödeluppe</b> 129kcal 1BE 5gEW AGCL	<b>Fleischknödeln mit Warmen Krautsalat</b> 611kcal 7BE 37gEW AGCOL		<b>Ananasjoghurt</b> 109kcal 1 BE 3gEW G

Mittwoch	1	<b>Nudelsuppe</b> 107kcal 1BE 3gEW AGCL	<b>Marmeladepalatschinken</b> 576kcal 6BE 13gEW AGC	 	<b>Birnenkompott</b> 103kcal 2BE 0,5gEW -
	2	<b>Nudelsuppe</b> 107kcal 1BE 3gEW AGCL	<b>Pizza Margheritha mit Tomatensalat</b> 401kcal 4BE 15gEW AGO		<b>Haselnusspudding</b> 150kcal 1,5BE 7gEW GH

Donnerstag	1	<b>Selleriesuppe</b> 51kcal -BE 2gEW AGL	<b>Gefüllte Kohlrabi mit Reis, Dip und Fisolensalat</b> 263kcal 2,8BE 7gEW G	  VEGAN	<b>Banane</b> 135kcal 2,5BE 2gEW-
	2	<b>Selleriesuppe</b> 51kcal -BE 2gEW AGL	<b>Gebackenes Schnitzel mit Reis und Fisolensalat</b> 777kcal 4BE 33gEW ACO	 	<b>Biskuitroulade</b> 196kcal 3BE 5gEW AC

Freitag	1	<b>Krautsuppe</b> 70kcal 0,4BE 3gEW L	<b>Kartoffel-Smash-Muffins mit Weißem Bohnensalat</b> 388kcal 3,5BE 20gEW GOL		<b>Obstsalat</b> 116kcal 2BE 1gEW -
	2	<b>Krautsuppe</b> 70kcal 0,4BE 3gEW L	<b>Saiblingsfilet mit Gemüsejulienn e, Kartoffeln und Bohnensalat</b> 364kcal 2,5BE 35gEW AOD	 	<b>Obstsalat</b> 116kcal 2BE 1gEW -

Samstag	1	<b>Gelbe Karottensuppe</b> 109kcal -BE 4gEW AL	<b>Spinat, Röstkartoffeln und Salat</b> 425kcal 2BE 8gEW AOG	 	<b>Russische Creme*</b> 330kcal 2BE 5gEW GC
	2	<b>Gelbe Karottensuppe</b> 109kcal -BE 4gEW AL	<b>Kümmelbraten mit Semmelknödel und Zucchini rahmgemüse</b> 701kcal 3,5BE 37gEW AGCO		<b>Russische Creme*</b> 330kcal 2BE 5gEW GC

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

Segnete Mahlzeit

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