








Mittagessen 8. -14. März 2026



Benediktinerstift Admont - Stiftsküche







| | | | | | |
|---------|---|--|---|--|--|
| Sonntag | 1 | Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL | Krautomelette mit Pilzen und Chutney 266kcal 1BE 13gEW C |  | Becherkuchen* 186kcal 2BE 20gEW AGHC |
| | 2 | Fleischstrudelsuppe 141kcal 1BE 6EW AGCL | Sautierte Schweinsmedaillons mit Reis und Gemüse 447kcal 5BE 24gEW ALG |  | Maronitorte* 380kcal 3BE 8gEW AGC |



| | | | | | |
|--------|---|--|---|--|---|
| Montag | 1 | Linsensuppe 160kcal 1BE 12gEW AL | Gebackener Camembert mit Kartoffeln, Preiselbeerbirne, Krautsalat u. Dip 753kcal 3BE 24gEW AGOML |  | Fruchtcocktail 125kcal 2BE 1gEW - |
| | 2 | Linsensuppe 160kcal 1BE 12gEW AL | Paprikahuhn mit Kartoffeln, Mischgemüse und Krautsalat 587kcal 2BE 31gEW GAOL |  | Fruchtcocktail 125kcal 2BE 1gEW - |

| | | | | | |
|----------|---|--|--|--|--|
| Dienstag | 1 | Reissuppe 134kcal 1BE 3gEW L | Ofenkartoffeln mit Champignons in Cremesauce und Salat 288kcal 3BE 7gEW- |  | Apfel-Kokospüree 156kcal 2BE 5gEW- |
| | 2 | Reissuppe 134kcal 1BE 3gEW L | Pariserschnitzel mit Reis ,Gemüse und Chinakohlsalat 545kcal 3BE 43gEW AC |  | Apfel-Kokospüree 156kcal 2BE 5gEW- |

| | | | | | |
|----------|---|---|---|---|--|
| Mittwoch | 1 | Sternchensuppe 115kcal 1BE 7gEW ACL | Nussnudeln 787kcal 9BE 11gEW AGCH |  | Marillenkompott 110kcal 2BE 0,6gEW - |
| | 2 | Sternchensuppe 115kcal 1BE 7gEW ACL | Schweizer Nudelpfanne mit Grünem Salat 694kcal 5BE 24gEW AGOC |  | Steirische Creme 367kcal 2,5BE 6gEW CG |

| | | | | | |
|------------|---|---|--|--|---|
| Donnerstag | 1 | Champignonsuppe 111kcal 0,2BE 3gEW AL | Kürbissauce mit Rösti und Schwarzwurzelsalat 457kcal 2BE 8gEW GOL |  | Banane 135kcal 2,5BE 2gEW- |
| | 2 | Champignonsuppe 111kcal 0,2BE 3gEW AL | Rindsgulasch mit Nockerln und Schwarzwurzelsalat 689kcal 4BE 49gEW AL |  | Topfenstrudel 430kcal 4BE 11gEW AGC |

| | | | | | |
|---------|---|--|---|---|--|
| Freitag | 1 | Krautsuppe 70kcal 0,4BE 3gEW L | Gemüselaibchen mit Rotem Rübensalat 379kcal 3BE 11gEW O |  | Fruchtjoghurt mit Müsli 127kcal 1,5BE 4gEW AGH |
| | 2 | Krautsuppe 70kcal 0,4BE 3gEW L | Lachsforellenfilet mit Gemüse, Kartoffeln u. Rotem Rübensalat 364kcal 2,5BE 35gEW AGOD |  | Fruchtjoghurt mit Müsli 127kcal 1,5BE 4gEW AGH |

| | | | | | |
|---------|---|---|--|--|---|
| Samstag | 1 | Brokkolisuppe 152kcal 0,5BE 7gEW AGCL | Spaghetti in Käsesauce und Bohnensalat 527kcal 4Be20gEW AGCO |  | Panna cotta* 265kcal 1,7BE 3,7gEW G |
| | 2 | Brokkolisuppe 152kcal 0,5BE 7gEW AGCL | Mostbraten* mit Knödel und Sauerkraut 766kcal 3BE 51gEW AGCO |  | Panna cotta* 265kcal 1,7BE 3,7gEW G |

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

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