



# Mittagessen 8. - 14. Oktober 2023

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	<b>Sautierte Schweinsmedaillons mit Reis und Kaisergemüse</b> 447kcal 5BE 24gEW AGO 	<b>Lambadaschnitte</b> 388kcal 4BE 6gEW AGCHEF
	2	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	<b>Gebackene Selleriescheiben auf Krensaucе und Mixsalat</b> 679kcal 2BE 6gEW ACOELH 	<b>Lambadaschnitte</b> 388kcal 4BE 6gEW AGCHEF
	3	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	<b>Krautfleckerln mit Mixsalat</b> 634kcal 9BE 22gEW OL 	<b>Lambadaschnitte</b> 388kcal 4BE 6gEW AGCHEF
Montag	1	<b>Zucchini-suppe</b> 86kcal -BE 4gEW L	<b>Sauerbraten* mit Kroketten und Rotkraut</b> 609kcal 4BE 37gEW AGOCL 	<b>Topfenockerl /Mus</b> 181kcal 1,4BE 4gEW G
	2	<b>Zucchini-suppe</b> 86kcal -BE 4gEW L	<b>Serviettenknödel in Champignonsauce und Linsensalat</b> 592kcal 3BE 16gEW AGCLO 	<b>Topfenockerl /Mus</b> 181kcal 1,4BE 4gEW G
	3	<b>Zucchini-suppe</b> 86kcal -BE 4gEW L	<b>Griechischer Spinatauflauf in Knoblauchrahm und Linsensalat</b> 340kcal 2BE 9gEW AGCLO 	<b>Topfenockerl /Mus</b> 181kcal 1,4BE 4gEW G
Dienstag	1	<b>Polentanockerlsuppe</b> 204kcal 1BE 6gEW AGCL	<b>Bernerschnitzel mit Bratkartoffeln und Gurkensalat</b> 797kcal 4BE 43gEW MGO 	<b>Marillenkompott</b> 126kcal 2BE 1gEW -
	2	<b>Polentanockerlsuppe</b> 204kcal 1BE 6gEW AGCL	<b>Vollkornnudeln in Gorgonzolasauce mit Gurkensalat</b> 611kcal 5BE 21gEW ACGLO 	<b>Marillenkompott</b> 126kcal 2BE 1gEW -
	3	<b>Polentanockerlsuppe</b> 204kcal 1BE 6gEW AGCL	<b>Brokkoligratin in Dillsauce und Gurkensalat</b> 417kcal 2BE 20gEW GOLC 	<b>Marillenkompott</b> 126kcal 2BE 1gEW -
Mittwoch	1	<b>Pastinakensuppe</b> 109kcal -BE 4gEW GL	<b>Reisfleisch mit Krautsalat</b> 332kcal 3BE 17gEW - 	<b>Haselnusspudding</b> 150kcal 1,5BE 7gEW GH 
	2	<b>Pastinakensuppe</b> 109kcal -BE 4gEW GL	<b>Spaghetti in Tomatensauce mit Krautsalat</b> 460kcal 5BE 20gEW L 	<b>Haselnusspudding</b> 150kcal 1,5BE 7gEW GH 
	3	<b>Pastinakensuppe</b> 109kcal -BE 4gEW GL	<b>Marillenknödeln in Fruchtsauce</b> 521kcal 6BE 39gEW AGC 	<b>Haselnusspudding</b> 150kcal 1,5BE 7gEW GH
Donnerstag	1	<b>Buchstabensuppe</b> 115kcal 1BE 7gEW ACL	<b>Hühnerruggets mit Kartoffeln ,Brechbohnen und Tomatensalat</b> 680kcal 5BE AC 	<b>Steirisches Tiramisu</b> 326kcal 2BE 5gEW AGH
	2	<b>Buchstabensuppe</b> 115kcal 1BE 7gEW ACL	<b>Gnocchi mit Basilikumpesto und Tomatensalat</b> 437kcal 5BE 13gEW ACGH 	<b>Steirisches Tiramisu</b> 326kcal 2BE 5gEW AGH
	3	<b>Buchstabensuppe</b> 115kcal 1BE 7gEW ACL	<b>Kartoffelgulasch mit Tomatensalat</b> 333kcal 2BE 11gEW LO 	<b>Steirisches Tiramisu</b> 326kcal 2BE 5gEW AGH 
Freitag	1	<b>Fenchel-Karottensuppe</b> 129kcal 0,4BE 2gEW GL	<b>Fischstäbchen mit Kartoffeln, Gemüsejulienne und Rettichsalat</b> 572kcal 3BE 21gEW ACDO 	<b>Zitronen-Joghurtcreme</b> 200kcal 2BE 3gEW G
	2	<b>Fenchel-Karottensuppe</b> 129kcal 0,4BE 2gEW GL	<b>Marzipanschmarren mit Obstgarnitur</b> 820kcal 7BE 26gEW AGCH 	<b>Karamellsauce</b> 107kcal 1BE 3gEW 
	3	<b>Fenchel-Karottensuppe</b> 129kcal 0,4BE 2gEW GL	<b>Gratinierter Karotten-Hirse-Bratlinge mit Pilzsauce, Kartoffeln und Salat</b> 600kcal 4BE 19gEW L 	<b>Zitronen-Joghurtcreme</b> 200kcal 2BE 3gEW G 
Samstag	1	<b>Zwiebelsuppe/Croutons</b> 180kcal 0,6BE 9g EW	<b>Selchschof mit Grießknödel und Sauerkraut</b> 747kcal 2,7BE 37gEW ACMOF 	<b>Bananensalat</b> 116kcal 2BE 1gEW- 
	2	<b>Zwiebelsuppe/Croutons</b> 180kcal 0,6BE 9g EW	<b>Champignonomelette mit Karottensalat</b> 319kcal 0,4E 22gEW 	<b>Bananensalat</b> 116kcal 2BE 1gEW-
	3	<b>Zwiebelsuppe/Croutons</b> 180kcal 0,6BE 9g EW	<b>Knacker gegrillt mit Püree, Zucchini-scheiben und Karottensalat</b> 622kcal 1,7BE 22gEW O 	<b>Bananensalat</b> 116kcal 2BE 1gEW-

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