


























Mittagessen 8. - 14. Oktober 2023

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



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