



Mittagessen 15. - 21. Dezember 2024

Benediktinerstift Komorn - Stiftsküche



Tag	1	2	3
Sonntag	Goldwürfelsuppe 193kcal 1BE 8gEW AFCL	Schweineröllchen mit Nudeln und Brechbohnen 695kcal 2,8BE 65gEW ACL	Schwedenbombentorte 260kcal 2,6BE 5gEW CAG
	Goldwürfelsuppe 193kcal 1BE 8gEW AFCL	Vollkornnudeln in Gorgonzolasauce und Salat 448kcal 2,3BE 15gEW AGLOC	Schwedenbombentorte 260kcal 2,6BE 5gEW CAG
	Goldwürfelsuppe 193kcal 1BE 8gEW AFCL	Hünerschnitzel mit Naturreis, Karotten und Brechbohnen 488kcal 4BE 35gEW LO	Rotweinkuchen* 262kcal/2,5BE AGC
Montag	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW L	Rindsbraten mit Polentaschnitte, Erbsen und Rotem Rübensalat 697kcal 5BE 60gEW AOMGL	Pralinenmousse 246kcal 1BE 5gEW GCF
	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW L	Pizza Margherita mit Rotem Rübensalat 460kcal 4BE 17gEW AG	Pralinenmousse 246kcal 1BE 5gEW GCF
	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW L	Melanzani mit Linsen- Paprika- Fülle und Cous- Cous 697kcal 6BE 27gEW H	Banane 135kcal 2,5BE 2gEW-
Dienstag	Backerbsensuppe 152kcal 0,5BE 7gEW AGCL	Leberkäse mit Kartoffeln und Rettichsalat 487kcal 1,8BE 18EW O	Vanillepudding 137kcal 2BE 3gEW G
	Backerbsensuppe 152kcal 0,5BE 7gEW AGCL	Karottenquiche mit Ingwer, Walnüssen und Rettichsalat 829kcal 4BE 23gEW AGC	Vanillepudding 137kcal 2BE 3gEW G
	Backerbsensuppe 152kcal 0,5BE 7gEW AGCL	Scheiterhaufen mit Obstgarnitur 419kcal 5BE 10gEW AGCFH	Vanillesauce 155kcal 2BE 4gEW G
Mittwoch	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Lasagne mit Chinakohlsalat 672kcal 4BE 32gEW AGCOL	Apfel- Zimtjoghurt 103kcal 1BE 3gEW G
	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Champignonsauce mit Serviettenknödel und Chinakohlsalat 543kcal 6BE 15gEW AGCLO	Apfel- Zimtjoghurt 103kcal 1BE 3gEW G
	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Kümmelbraten mit Kartoffeln, gedünstetem Weißkraut und Chinakohlsalat 460kcal 1BE 30gEW MLO	Apfel- Zimtjoghurt 103kcal 1BE 3gEW G
Donnerstag	Fleischknödelsuppe 211kcal 0,2BE 15gEW ACL	Rindsgulasch mit Nockerln und Endiviensalat 689kcal 4BE 49gEW AGLO	Kokosecken 249kcal 2,5BE 3gEW AGCF
	Nudelsuppe 107kcal 1BE 3gEW ACL	Gemüesticks und Endiviensalat mit Erdäpfeln 449kcal 2BE 12gEW AGCO	Kokosecken 249kcal 2,5BE 3gEW AGCF
	Fleischknödelsuppe 211kcal 0,2BE 15gEW ACL	Faschirtes Butterschnitzel mit Kartoffeln Gemüse und Endiviensalat 337kcal 2BE 27gEW MCO	Marmorkuchen 175kcal 1,5BE AGCF
Freitag	Steinpilzsuppe 195kcal 0,4BE 4gEW AGL	Saiblingsfilet mit Gemüsejulienne, Kartoffeln und Salat 364kcal 2,5BE 35gEW O	Obstsalat 116kcal 2BE 1gEW-
	Steinpilzsuppe 195kcal 0,4BE 4gEW AGL	Milchrahmstrudel mit Obstgarnitur 696kcal 5Be 22gEW AGC	Karamellsauce 107kcal 1BE 3EW G
	Steinpilzsuppe 195kcal 0,4BE 4gEW AGL	Gemüselaibchen mit Dip und Krautsalat 379kcal 3BE 11gEW O	Obstsalat 116kcal 2BE 1gEW-
Samstag	Zucchini-suppe 89kcal 0,4BE 2 EW AL	Schweinsbraten mit Knödel und Sauerkraut 604kcal 5,5BE 47gEW AGCL	Orangencreme 115kcal 0,5BE 9gEW G
	Zucchini-suppe 89kcal 0,4BE 2 EW AL	Topfenknödeln mit Obstgarnitur 502kcal 3BE 14g EW AGCF	Mandel-Vanillesauce 155kcal 2BE 4gEW H
	Zucchini-suppe 89kcal 0,4BE 2 EW AL	Linseneintopf mit Kartoffeln und Selleriesalat 458kcal 5BE 27gEW L	Orange 87kcal 1BE 2gEW -

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

Sesegnete Mahlzeit

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