



Mittagessen 18. -24.Jänner 2026

Benediktinerstift Obmont - Stiftsküche



Sonntag	1	Wienerschnittensuppe 144kcal 0,5BE 8gEW ACL	Geröstete Knödel mit Ei und Grünem Salat 672kcal 4BE 26gEW AFCG		Plachuttatorte 452kcal 4BE 8gEW AGCHNF
	2	Wienerschnittensuppe 144kcal 0,5BE 8gEW ACL	Esterhazy- Rindsschnitzel mit Nudeln und Brechbohnen 682kcal 3BE 41gEW AGCLOM		Plachuttatorte 452kcal 4BE 8gEW AGCHNF
Montag	1	Lauchsuppe 131kcal 0,4BEW 3gEW AL	Gemüse-Grünkern-Laibchen mit Krautsalat 367kcal 3BE 6gEW -		Banane 135kcal 2,5BE 2gEW-
	2	Lauchsuppe 131kcal 0,4BEW 3gEW AL	Chili con carne mit Polenta und Krautsalat 618kcal 7BE 55gEW AOLC		Fruchtcocktail 125kcal 2BE 1gEW-
Dienstag	1	Kaspressknödelsuppe 190kcal 1BE 8gEW AGCL	Herzhafte Polentapizza mit Zwiebeln, Mais und Chinakohlsalat 460kcal 4BE 17gEW GA		Birnen- Zimtjoghurt 133kcal 1,5BE 5gEW G
	2	Kaspressknödelsuppe 190kcal 1BE 8gEW AGCL	Faschierte Laibchen mit Püree, Mischgemüse und Chinakohlsalat 562kcal 2,6BE 32gEW ACMOG		Birnen- Zimtjoghurt 133kcal 1,5BE 5gEW G
Mittwoch	1	Reissuppe 134kcal 1BE 3gEW L	Nusschmarren mit Obstgarnitur 732kcal 5BE 16gEW GCHF		Fruchtcocktail 125kcal 2BE 1gEW-
	2	Reissuppe 134kcal 1BE 3gEW L	Spinat mit Röstkartoffeln und Salatmix 457kcal 2BE 8gEW FL		Fruchtcocktail 125kcal 2BE 1gEW-
Donnerstag	1	Kürbiscremesuppe 134kcal 0,6BE 3gEW AGL	Kartoffelpuffer und Rettichsalat 394kcal 3BE 10gEW OC		Kaiserkuchen 227kcal 1,5BE 4gEW AGC
	2	Kürbiscremesuppe 134kcal 0,6BE 3gEW AGL	Backhuhn mit Kartoffeln und Rettichsalat 668kcal 2BE 65gEW ACO		Mandarine 54kcal 1BE 0,8gEW-
Freitag	1	Kartoffelgemüsesuppe 132kcal 0,5BE 3gEW ACL	Tortelloni in Käsesauce und Rotem Rübensalat 792kcal 5BE 33gEW ACGOL		Apfelmus 92kcal 2BE 0,4gEW -
	2	Kartoffelgemüsesuppe 132kcal 0,5BE 3gEW ACL	Forellenfilet mit Kräuterrisotto und Ofengemüse 638kcal 4BE 36gEW DOG		Apfelmus 92kcal 2BE 0,4gEW -
Samstag	1	Nudelgemüsesuppe 138kcal 1BE 8gEW ACL	Schupfnudeln in Lauchrahm mit Tomatenwürfeln und Salat 627kcal 6BE 18,5gEW AGC		Mandel-Vanille-Joghurt-creme 84kcal -BE 7gEW GH
	2	Nudelgemüsesuppe 138kcal 1BE 8gEW ACL	Naturschnitzel mit Reis und Gemüse 443kcal 2BE 30gEW AL		Mandel-Vanille-Joghurt-creme 84kcal -BE 7gEW GH

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

Besegnete Mahlzeit

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