



Mittagessen 20. - 26. Oktober 2024

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	Zucchini-Suppe 105kcal 0,6BE 3gEW AL	Kalbsbraten mit Mandelbällchen und Gemüse 655kcal 2,5BE 50gEW AGC	Heidelbeertorte 270kcal 2BE 5gEW AGC
	2	Zucchini-Suppe 105kcal 0,6BE 3gEW AL	Ofenkartoffeln mit Spinat, Tomaten, Oliven, und Grünem Salat 238kcal 3BE O	Fruchtschnitte vegan 167kcal 1,5BE 2gEW AFH
	3	Zucchini-Suppe 105kcal 0,6BE 3gEW AL	Krautfleckerln mit Grünem Salat 634kcal 9BE 22gEW ACOL	Heidelbeertorte 270kcal 2BE 5gEW AGC
Montag	1	Profiterolsuppe 120kcal 0,6BE 7gEW ACL	Gebratene Knackwurst mit Püree und Gurkensalat 823kcal 2BE 25gEW GO	Birnenschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G
	2	Profiterolsuppe 120kcal 0,6BE 7gEW ACL	Orientalisches Linsengemüse auf Couscous 380kcal 4BE 10gEW L	Birne 73kcal 1,5BE 0,7gEW -
	3	Profiterolsuppe 120kcal 0,6BE 7gEW ACL	Spinatkräpfen mit Pilzfüllung und Gurkensalat 409kcal 5BE 13gEW CA	Birnenschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G
Dienstag	1	Polentanockerlsuppe 204kcal 1Be 6gEW AGCL	Gefüllte Schweineschulter mit Kartoffelrolle und Tomatensalat 732kcal 3BE 45gEW AOGC	Vanillejoghurt 154kcal 2BE 5gEW G
	2	Polentanockerlsuppe 204kcal 1Be 6gEW AGCL	Gemüsesticks mit Dip und Tomatensalat 449kcal 2BE 12gEW AGOC	Vanillejoghurt 154kcal 2BE 5gEW G
	3	Polentanockerlsuppe 204kcal 1Be 6gEW AGCL	Apfel-Dinkelgrießauflauf 520kcal 5BE 15gEW CG	Marillenkenröster 110kcal 2BE 8gEW -
Mittwoch	1	Fenchelsuppe 129kcal 0,4BE 2gEW AL	Faschierte Rolle im Strudelteig mit Kartoffeln und Krautsalat 584kcal 3BE 29gEW AGCOF	Schokoladenmousse 247kcal 2BE 5gEW GFC
	2	Fenchelsuppe 129kcal 0,4BE 2gEW AL	Eierschwammerl a la creme mit Serviettenknödel u. Krautsalat 543kcal 6BE 15gEW AGCFO	Schokoladenmousse 247kcal 2BE 5gEW GFC
	3	Fenchelsuppe 129kcal 0,4BE 2gEW AL	Bunte Gemüsepfanne mit Kartoffeln und Krautsalat 358kcal 2BE 6gEW O	Ananaskompott 74kcal 1,3BE 8gEW -
Donnerstag	1	Karotten-Erbsensuppe 106kcal 0,5BE 3gEW L	Reisfleisch mit Salatmix 332kcal 3BE 17gEW OL	Apfelschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC
	2	Karotten-Erbsensuppe 106kcal 0,5BE 3gEW L	Topfennocken auf Gemüse mit Salatmix 337kcal 2BE 15gEW AGCOL	Apfelschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC
	3	Karotten-Erbsensuppe 106kcal 0,5BE 3gEW L	Krautroulade mit Erdäpfel-Walnussfülle, Pesto und Salatmix 444kcal 3BE 10gEW LH	Apfelschnitte vegan 167kcal 1,5BE 1,5gEW AFH
Freitag	1	Kohlrabisuppe 157kcal 1BE 4gEW L	Welsfilet im Wurzelsud, Kartoffelstampf und Grazer Krauthäuptel 480kcal 3BE 35gEW GDO	Fruchtcocktail 92kcal 1BE 1gEW -
	2	Kohlrabisuppe 157kcal 1BE 4gEW L	Kaiserschmarren mit Fruchtgarnitur 526kcal 4BE 17gEW AGC	Vanille- und Schokosauce 155kcal 2BE 4gEW G
	3	Kohlrabisuppe 157kcal 1BE 4gEW L	Spaghetti in Olivensauce und Grazer Krauthäuptel 519kcal 6BE 16gEW AO	Fruchtcocktail 92kcal 1BE 1gEW -
Samstag	1	Leberknödelsuppe 94kcal 0,8BE 5gEW AC	Zwiebelrostbraten mit Nockerln und Gemüse 660kcal 3,6BE 40gEW ALGC	Topfentorte 227kcal 2BE 5gEW AGC
	2	Gemüsesuppe 177kcal 1BE 10gEW AL	Melanzanischeiben mit Linsengemüse und Grünem Salat 508kcal 5BE 27gEW LO	Apfelkompott 124kcal 2,2BE 0,4gEW -
	3	Leberknödelsuppe 94kcal 0,8BE 5gEW AC	Gefüllte Paprika mit Kartoffeln und Grünem Salat 504kcal 4BE 36gEW MCL	Apfelkompott 124kcal 2,2BE 0,4gEW -

kcal=Kilokalorien BE=Proteinheiten gEW= GrammEiweiß
*=alkoholhaltige Speisen Tel.:03613 2312 340 Fax.:343

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

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:			
Bio-Eier	Döllach/Stmk	Schlagobers	Stmk
Konventionelle Eier	Stmk	Haltbar-Schlagobers	OÖ
Fisch:			
Forelle, Saibling, Wels	Österreich		
Fischstäbchen	Alaska Seelachs, gefangen im Nordwestpazifik		