



Mittagessen 20. -26. September 2026

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	Karfiolcremesuppe 130kcal 0,5BE 4gEW AL	Polentanocken auf Tomatenragout mit Grünem Salat 472kcal 3BE 22gEW AC		Veg.Erdbeerschnitte 167kcal 1,5BE 2gEW AFH
	2	Karfiolcremesuppe 130kcal 0,5BE 4gEW AL	Kalbsbraten mit Vollkornnudeln und Karotten 550kcal 3BE 41gEW O		Malakofftorte* 447kcal 3,7BE 7gEW AGCH

Montag	1	Bohnensuppe 92kcal 0,3BE 2gEW L	Überbackene Käse-Gnocchi mit Maissalat 662kcal 4BE 31gEW AGOL		Pfirsichkompott 103kcal 2BE 0,5gEW -
	2	Bohnensuppe 92kcal 0,3BE 2gEW L	Ungarisches Schweinsgulasch mit Nockerln und Maissalat 545kcal 3BE 54gEW AOL		Pfirsichkompott 103kcal 2BE 0,5gEW -

Dienstag	1	Käseknödelsuppe 219kcal 1BE 11gEW AGCL	Gemüsepaella mit Gurkensalat 371kcal 3BE 8gEW OL		Apfelmus 92kcal 2BE 0,4gEW-
	2	Käseknödelsuppe 219kcal 1BE 11gEW AGCL	Gefüllte Paprika mit Kartoffeln und Gurkensalat 504kcal 4BE 36gEW MCOL		Apfelmus 92kcal 2BE 0,4gEW-

Mittwoch	1	Nockerlgemüsesuppe 127kcal 1,5BE 5gEW AGCL	Gebackene Apfelscheiben mit Obstgarnitur 412kcal 1,7BE 10gEW AGC		Mandelsauce 155kcal 2BE 4gEW GH
	2	Nockerlgemüsesuppe 127kcal 1,5BE 5gEW AGCL	Tortelloni in Käsesauce und Salatmix 430kcal 5BE 9gEW AGCOLG		Vanillepudding 137kcal 2BE 3gEW G

Donnerstag	1	Buchstabensuppe 115kcal 1BE 7gEW LAC	Dinkellaibchen mit Paprika in Dillsauce und Krautsalat 437kcal/2,7BE ALO		Heidelbeercreme 165kcal 1,5BE 3gEW -
	2	Buchstabensuppe 115kcal 1BE 7gEW LAC	Eferdinger Mostlungenbratl*mit Mandelbällchen und Brokkoli 622kcal 6BE 35gEW AGHL		Raffaellochnitte 395kcal 4BE 4gEW AGC

Freitag	1	Haferflockensuppe 178kcal 1BE 5gEW AL	Gemüseauflauf mit Tomatensalat 468kcal 3BE 5gEW GOC		Bananenmilch 256kcal/2,8BE 9gEW G
	2	Haferflockensuppe 178kcal 1BE 5gEW AL	Fischstäbchen mit Kartoffeln,Karfiol und Tomatensalat 572kcal 3BE 21gEW ADOC		Bananenmilch 256kcal/2,8BE 9gEW G

Samstag	1	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Gemüselasagne mit Salat 538kcal 3BE 19gEW AGCOL		Heidelbeertorte 314kcal 2,2BE 7gEW-
	2	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Rindsroulade mit Knödel und Speckbohnen 546kcal 3BE 39gEW ACLMO		Heidelbeertorte 314kcal 2,2BE 7gEW-

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage: [EAR Admont](http://www.ear-admont.at)

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

Gesegnete Mahlzeit

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