



# Mittagessen 21.- 27. Juli 2024

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Tag	Nummer	Rezept	Icon	Rezept	Icon	Rezept	Icon
Sonntag	1	<b>Reissuppe</b> 134kcal 1BE 3gEW L		<b>Schweinsbraten mit Knödel und Sauerkraut</b> 604kcal 5,5BE 47gEW AGCF		<b>Tiramisu*</b> 413kcal 3BE 8gEW AGC	
	2	<b>Reissuppe</b> 134kcal 1BE 3gEW L		<b>Geröstete Knödeln mit Ei und Grünem Salat</b> 672kcal 4BE 26gEW AFCGL		<b>Tiramisu*</b> 413kcal 3BE 8gEW AGC	
	3	<b>Reissuppe</b> 134kcal 1BE 3gEW L		<b>Blitzschnelles Kürbisgemüse aus dem Ofen mit Kartoffelspalten</b> 426 3BE 7gEW		<b>Bananen-Ribiselschnitte</b> 186kcal	
Montag	1	<b>Flaumknödelsuppe</b> 141kcal 1BE 5gEW AGCFL		<b>Chili con carne mit Polenta und Rotem Rübensalat</b> 818kcal 7BE 55gEW AOLC		<b>Beerenjoghurt</b> 100kcal 1BE 3gEW G	
	2	<b>Flaumknödelsuppe</b> 141kcal 1BE 5gEW AGCFL		<b>Mohnnudeln mit Obstgarnitur</b> 669kcal 5BE 16gEW AGC		<b>Hollerröster</b> 113kcal/2BE	
	3	<b>Gemüsesuppe mit Croutons</b> 143/1/8gEW AL		<b>Gefüllte Zucchini mit Kartoffeln und Rotem Rübensalat</b> 572kcal 3BE 26gEW OL		<b>Marillen</b> 92kcal 1,5BE 3gEW-	
Dienstag	1	<b>Wurzelpüreesuppe</b> 109kcal -BE 4gEW AL		<b>Fleischkrapfen mit Warmen Krautsalat</b> 628kcal 4BE 24gEW AGOC		<b>Nougatpudding</b> 150kcal 1,5BE 7gEW GF	
	2	<b>Wurzelpüreesuppe</b> 109kcal -BE 4gEW AL		<b>Tortelloni in Käsesauce und Krautsalat</b> 792kcal 5BE 33gEW ACGOL		<b>Nougatpudding</b> 150kcal 1,5BE 7gEW GF	
	3	<b>Wurzelpüreesuppe</b> 109kcal -BE 4gEW AL		<b>Paprikahälften mit Erdäpfel-Gemüsefülle, Reis und Salat</b> 513kcal 3BE 44gEW O		<b>Erdbeeren</b> 66kcal 1BE 1gEW-	
Mittwoch	1	<b>Grießnockerlsuppe</b> 143kcal 1BE 7gEW AGCL		<b>Gebackenes Hühnerschnitzel mit Gemüsereis und Gurkensalat</b> 777kcal 3BE 43gEW ACMOL		<b>Heidelbeercreme</b> 158kcal 1BE 3gEW G	
	2	<b>Grießnockerlsuppe</b> 143kcal 1BE 7gEW AGCL		<b>Röstischmankerl in Pastinakensauce und Gurkensalat</b> 486kcal 3BE 8gEW AGCMOL		<b>Heidelbeercreme</b> 158kcal 1BE 3gEW G	
	3	<b>Grießnockerlsuppe</b> 143kcal 1BE 7gEW AGCL		<b>Gebratene Knackwurst mit Püree und Kohlrabisauce</b> 623kcal 2BE 25gEW G		<b>Heidelbeercreme</b> 158kcal 1BE 3gEW G	
Donnerstag	1	<b>Kräutercremesuppe</b> 163kcal 0,6BE 5gEW ALO		<b>Bauernschmaus mit Knödel und Sauerkraut</b> 856kcal 5BE 40gEW AGCF		<b>Nussgugelhupf</b> 285kcal 1BE AGCH	
	2	<b>Kräutercremesuppe</b> 163kcal 0,6BE 5gEW ALO		<b>Safran-Risotto mit Gemüse und Schwarzwurzelsalat</b> 602kcal 5,5BE 20gEW GLO		<b>Nussgugelhupf</b> 285kcal 1BE AGCH	
	3	<b>Kräutercremesuppe</b> 163kcal 0,6BE 5gEW ALO		<b>Steirischer Burger mit Käferbohnen und Schwarzwurzelsalat</b> ONA		<b>Pfirsichkompott</b> 126kcal 2,5BE 0,5gEW-	
Freitag	1	<b>Nudelsuppe</b> 138kcal 1 BE 8gEW ACL		<b>Forellenfilet mit Kartoffeln, Gemüse und Grazer Krauthäuptel</b> 374kcal 3BE 36gEW AGOD		<b>Birnenkompott</b> 103kcal 2BE 0,5gEW-	
	2	<b>Nudelsuppe</b> 138kcal 1 BE 8gEW ACL		<b>Apfelstrudel mit Obstgarnitur</b> 464kcal 5BE 6gEW AHG		<b>Zimtrahmsauce</b> 220kcal 2BE 8gEW G	
	3	<b>Vegane Nudelsuppe</b> 138kcal 1 BE 8gEW AL		<b>Curry von Kohlrabi und Bohnen, Kartoffeln und Grazer Krauthäuptel</b> 375kcal 4BE 11gEW LO		<b>Birnenkompott</b> 103kcal 2BE 0,5gEW-	
Samstag	1	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 47gEW AGCL		<b>Steirisches Wurzelfleisch mit Kartoffeln und Tomatensalat</b> 530kcal 1,6BE 45gEW LO		<b>Schwarzwäldercreme*</b> 139kcal 2,5BE 1gEW GFO	
	2	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 47gEW AGCL		<b>Kartoffelaibchen mit Mischgemüse, Sauerrahmdip und Tomatensalat</b> 456kcal 2,4BE AGCOM		<b>Schwarzwäldercreme*</b> 139kcal 2,5BE 1gEW GFO	
	3	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 47gEW AGCL		<b>Hühnerspieß mit Wedges und Gemüse</b> 597kcal 2BE 24gEW -		<b>Schwarzwäldercreme*</b> 139kcal 2,5BE 1gEW GFO	

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

Herkunftsbezeichnung:		Flüssigdotter	OÖ
<b>Fleisch:</b>			
Schweinefleisch	Stmk	Milch und Milchprodukte:	
Rindfleisch	Österreich	Butter	OÖ
Kalbshfleisch	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
<b>Fisch:</b>			
Forelle, Saibling, Wels	Österreich		
Fischstäbchen	Alaska Seelachs, gefangen im Nordwestpazifik		