



# Mittagessen 22. - 28. Dezember 2024

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	<b>Hühnergemüsesuppe</b> 155kcal -BE 10gEW L	<b>Gekochter Tafelspitz mit Röstkartoffeln und Semmelkren</b> 737kcal 3BE 48gEW AGLF			<b>Nusstorte*</b> 394kcal 3BE 5gEW ACHG
	2	<b>Nudelsuppe</b> 138kcal 1BE 8gEW AL	<b>Kartoffelpilzpfanne mit Grünem Salatmix</b> 308kcal 1BE 14gEW O			<b>Vegane Schokotorte</b> 360kcal 4BE 5gEW ACHG
	3	<b>Hühnergemüsesuppe</b> 155kcal -BE 10gEW L	<b>Sautierte Schweinsmedaillons mit Reis und Grünem Salatmix</b> 447kcal 5BE 24gEW AGL			<b>Nusstorte*</b> 394kcal 3BE 5gEW ACHG
Montag	1	<b>Kaspressknödelsuppe</b> 190kcal 1BE 8gEW AGCL	<b>Senfbraten mit Reis, Gemüse und Krautsalat</b> 538kcal 3BE 38gEW CML O			<b>Vanilleflammeri</b> 283kcal 3BE 9gEW GCH
	2	<b>Kaspressknödelsuppe</b> 190kcal 1BE 8gEW AGCL	<b>Herzhaft gratinierte Polentapizza mit Zwiebeln, Mais und Chinakohlsalat</b> 460kcal 4BE 17gEW AG			<b>Vanilleflammeri</b> 283kcal 3BE 9gEW GCH
	3	<b>Kaspressknödelsuppe</b> 190kcal 1BE 8gEW AGCL	<b>Krautstrudel in Schnittlauchsauce und Endiviensalat</b> 336kcal 2,7BE 9gEW AGCLO			<b>Vanilleflammeri</b> 283kcal 3BE 9gEW GCH
Dienstag	1	<b>Sellerie-Orangensuppe</b> 136kcal 1BE 6gEW AGL	<b>Eferdinger Mostlungenbrat* mit Mandelbällchen und Kaisergemüse</b> 622kcal 6BE 35gEW AGHL			<b>Vanillekipferlmousse*</b> 252kcal 2BE 5gEW GFAH
	2	<b>Sellerie-Orangensuppe</b> 136kcal 1BE 6gEW AGL	<b>Gemüse-Käsenudeln mit Chinakohlsalat</b> 448kcal 1BE 26gEW ACOG			<b>Vanillekipferlmousse*</b> 252kcal 2BE 5gEW GFAH
	3	<b>Sellerie-Orangensuppe</b> 136kcal 1BE 6gEW AL	<b>Ital. Fenchelpfanne mit Reis, Paprika, Tomaten und Salat</b> 322kcal 4BE 10gEW O			<b>Birne</b> 73kcal 1,5BE 0,7gEW-
Mittwoch	1	<b>Frittatenrouladensuppe</b> 206kcal 1BE 7gEW AGCL	<b>Beiried mit Pflaumenkruste, Süßkartoffelpüree und Speckbohnen</b> 660kcal 4BE 40gEW AGLO			<b>Sterntaler-Dessert</b> 308kcal 2BE 6gEW AGF
	2	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	<b>Topfenstrudel mit Obstgarnitur</b> 519kcal 5BE 11gEW AGC			<b>Karamellsauce</b> 107kcal 1BE 3gEW G
	3	<b>Frittatenrouladensuppe</b> 206kcal 1BE 7gEW AGCL	<b>Gefüllte Melanzani mit Kartoffeln und Grünem Salat</b> 449kcal 2BE 12gEW O			<b>Sterntaler-Dessert</b> 308kcal 2BE 6gEW AGF
Donnerstag	1	<b>Kastaniensuppe</b> 145kcal 1BE 7gEW AL	<b>Hirschbraten* mit Serviettenknödel, Rotkraut und Preiselbeerbirne</b> 731kcal 5BE 40gEW AGHCOLF			<b>Lebkuchen-Schnitte*</b> 237kcal 2BE 3gEW AGC
	2	<b>Kastaniensuppe</b> 145kcal 1BE 7gEW AL	<b>Spaghetti in Tomatensauce mit Krautsalat</b> 497kcal/5BE 23gEW AOL			<b>Banane</b> 135kcal 2,5BE 2gEW-
	3	<b>Kastaniensuppe</b> 145kcal 1BE 7gEW AL	<b>Reisfleisch mit Krautsalat</b> 332kcal 3BE 17gEW OL			<b>Lebkuchen-Schnitte*</b> 237kcal 2BE 3gEW AGC
Freitag	1	<b>Grießknödelsuppe</b> 115kcal 1BE 5gEW AGCFL	<b>Forellenfilet mit Kartoffeln, Gemüsejulienne und Linsensalat</b> 373kcal 3BE 36gEW ACDOL			<b>Apfelkompott</b> 124kcal 2,2BE 0,4gEW -
	2	<b>Grießknödelsuppe</b> 115kcal 1BE 5gEW AGCFL	<b>Nougatknödeln</b> 737kcal 6BE 29gEW AGHFC			<b>Apfelkompott</b> 124kcal 2,2BE 0,4gEW -
	3	<b>Grießknödelsuppe</b> 115kcal 1BE 5gEW AGCFL	<b>Kürbisaufbau mit Kartoffeln und Linsensalat</b> 430kcal 4BE 29gEW GCO			<b>Apfelkompott</b> 124kcal 2,2BE 0,4gEW -
Samstag	1	<b>Brokkolisuppe</b> 89kcal 0,5BE 3gEW AGL	<b>Gebratene Hühnerkeule mit Reis und Gemüse</b> 495kcal 3BE 36gEW-			<b>Fruchtcocktail</b> 125kcal 2BE 1gEW -
	2	<b>Brokkolisuppe</b> 89kcal 0,5BE 3gEW AGL	<b>Gemüseomelette mit Kartoffeln und Fisolensalat</b> 678kcal BE 70gEW CO			<b>Fruchtcocktail</b> 125kcal 2BE 1gEW -
	3	<b>Brokkolisuppe</b> 89kcal 0,5BE 3gEW AGL	<b>Griechischer Spinatstrudel mit Knoblauchrahm und Fisolensalat</b> 394kcal 3Be 9,5gEW GCOL			<b>Fruchtcocktail</b> 125kcal 2BE 1gEW -

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

Segnete Mahlzeit

<b>Herkunftskenzeichnung:</b>	Flüssigdotter	OÖ	
<b>Fleisch:</b>			
Schweinefleisch	Stmk	<b>Milch und Milchprodukte:</b>	
Rindfleisch	Österreich	Butter	OÖ
Kalbsfleisch	Österreich	Topfen	Sbg
Huhn	Stmk	Sauerrahm	OÖ
Wild	Stiftisches Wild	Joghurt	OÖ
<b>Eier:</b>		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		