




























Mittagessen 22. bis 28. Jänner

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	Kartoffel-Gemüsesuppe 132kcal 0,5BE 3gEW L	Hirschbraten* mit Krokettten und Rotkraut 731kcal 5BE 40gEW AGCOLF 	Birnentorte* 468kcal 5BE 4gEW AGOC 
	2	Kartoffel-Gemüsesuppe 132kcal 0,5BE 3gEW L	Krautnockerln mit Grünem Salat 313kcal 2 BE 10gEW AGOC 	Birnentorte* 468kcal 5BE 4gEW AGOC
	3	Kartoffel-Gemüsesuppe 132kcal 0,5BE 3gEW L	Pikantes Kotelette mit Naturreis und Gemüse 472kcal 2BE 20gEW L 	Kokoskuchen 235kcal/2,5BE AGC
Montag	1	Profiterolsuppe 147kcal 1BE 7gEW AL	Gefüllte Schweinsschulter mit Kartoffelrolle, Karotten und Fisolensalat 732kcal 3BE 45gEW AGCO 	Weißes Schokoladendessert 280kcal 2BE 7gEW G
	2	Profiterolsuppe 147kcal 1BE 7gEW AL	Emmentaler gebacken, Frischkäse-Dip und Fisolensalat 854kcal 3BE 41gEW AGC 	Joghurt mit Preiselbeeren 153kcal 1,5BE 8gEW G
	3	Profiterolsuppe 147kcal 1BE 7gEW AL	Mediteraner Kohltopf aus dem Ofen mit Fisolensalat 207kcal 1,5BE 8gEW LO 	Joghurt mit Preiselbeeren 153kcal 1,5BE 8gEW G
Dienstag	1	Spinatknödelsuppe 147kcal 0,3BE 8gEW AGCL	Faschierte Laibchen mit Püree, buntem Gemüse und Krautsalat 663kcal 2BE 33gEW AGCMOL 	Zwetschkencreme 150kcal 1,5BE 8gEW G
	2	Spinatknödelsuppe 147kcal 0,3BE 8gEW AGCL	Pizza Margherita mit Krautsalat 401kcal 4BE 15gEW AGO 	Zwetschkencreme 150kcal 1,5BE 8gEW G
	3	Spinatknödelsuppe 147kcal 0,3BE 8gEW AGCL	Spanische Reispfanne mit Krautsalat 539kcal 2BE 43gEW DOL 	Zwetschkencreme 150kcal 1,5BE 8gEW G
Mittwoch	1	Frittatensuppe 130kcal 0,4BE 8gEW AGC	Schnitzel gebacken mit Naturreis und Käferbohnsalat 695kcal 3BE 33gEW ALC 	Abt- Gerhard- Torte 350kcal 3BE 4gEW AGC
	2	Frittatensuppe 130kcal 0,4BE 8gEW AGC	Nusschmarren mit Obstgarnitur 732kcal 5BE 16gEW GCFH 	Vanillesauce 155kcal 2BE 4gEWG
	3	Frittatensuppe 130kcal 0,4BE 8gEW AGC	Krautroulade mit Gemüsefülle ,Kartoffeln und Chinakohlsalat 378kcal 3 BE OLA 	Orangensalat 117kcal 2BE 2gEW -
Donnerstag	1	Krautsuppe 70kcal 0,4BE 3gEW L	Überbackenes Hühnerbrüstchen mit Reis und Endiviensalat 623kcal 3BE 40gEW MOG 	Bananschnitte 296kcal 2BE 4gEW AGCHF 
	2	Krautsuppe 70kcal 0,4BE 3gEW L	Gebackene Reisknödeln mit Endiviensalat und Dip 742kcal 8BE 17gEW GMLC 	Bananschnitte 296kcal 2BE 4gEW AGCHF
	3	Krautsuppe 70kcal 0,4BE 3gEW L	Haferschnitzel mit Fenchelgemüse und Endiviensalat 519kcal 4BE 25gEW AFL 	Zwetschkenkuchen 190kcal 2BE 1,8gEW AGC
Freitag	1	Reibteig-Gemüsesuppe 108kcal 1BE 6gEW ACL	Saiblingsfilet mit Kartoffeln und Schwarzwurzelsalat 364kcal 2,5BE 35gEW DO 	Apfelmus 92kcal 2BE 0,4gEW - 
	2	Reibteig-Gemüsesuppe 108kcal 1BE 6gEW ACL	Eierschwammerlauflauf und Schwarzwurzelsalat 482kcal 3BE 19gEW AGC 	Apfelmus 92kcal 2BE 0,4gEW -
	3	Reibteig-Gemüsesuppe 108kcal 1BE 6gEW ACL	Fisoleintopf mit Kartoffeln und Schwarzwurzelsalat 279kcal 1BE 6gEW L 	Apfelmus 92kcal 2BE 0,4gEW -
Samstag	1	Rollgerstensuppe 177kcal 1,5BE 10gEW AGCH	Rindsroulade mit Nudeln und Dillbohnen 546kcal 3BE 39gEW ACLM 	Waldbeeryoghurt 135kcal 2BE 4gEW G
	2	Rollgerstensuppe 177kcal 1,5BE 10gEW AGCH	Marillenscheiterhaufen 562kcal 7BE 13gEW AGCH 	Vanillesauce 155kcal 2BE 4gEWG 
	3	Rollgerstensuppe 177kcal 1,5BE 10gEW AGCH	Kartoffelgemüsegröstl mit Grünem Salat 260kcal 3BE 6gEW - 	Waldbeeryoghurt 135kcal 2BE 4gEW G

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

ALLERGENE:

A= Glutenhaltiges Getreide
C= Eier von Geflügel
G = Milch/Laktose
D= Fisch

H = Schalenfrüchte
F = Sojabohnen
M = Senf
L = Sellerie
N = Sesam

O = Sulfite
B = Krebstiere
E = Erdnuss
P = Lupinen
R= Weichtiere

Gesegnete Mahlzeit