

# Mittagessen 22. -28. März 2026

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche

Sonntag	1	<b>Knödelsuppe</b> 150kcal 1BE 6gEW AGCL	<b>Gemüseschnitzel mit Grünen Salat</b> 505kcal 2BE 25gEW AGOC		<b>Ameisenkuchen*</b> 186kcal 2BE 10gEW AGCHF
	2	<b>Knödelsuppe</b> 150kcal 1BE 6gEW AGCL	<b>Bauernkotelette mit Gemüseweizen und Grünen Salat</b> 597kcal 3BE 36gEW AO		<b>Eierlikörschnitten*</b> 415kcal 3BE 6gEW AGCH

Montag	1	<b>Karotten-Ingwersuppe</b> 235kcal 1BE 3gEW GOL	<b>Röstischmankerl mit Dip und Rotem Rübensalat</b> 628kcal 3BE 28gEW GO		<b>Apfel-Zimtjoghurt</b> 103kcal 1BE 3gEW G
	2	<b>Karotten-Ingwersuppe</b> 235kcal 1BE 3gEW GOL	<b>Spaghetti Bolognese mit Rotem Rübensalat</b> 579kcal 4BE 28gEW ACGOL		<b>Apfel-Zimtjoghurt</b> 103kcal 1BE 3gEW G

Dienstag	1	<b>Selleriesuppe</b> 51kcal -BE 2gEW AL	<b>Steirische Gemüsepfanne m. Käferbohnen Nudeln und Salat</b> 420kcal 4BE 12gEW OA		<b>Nougatpudding vegan</b> 199kcal 3BE 6gEW FH
	2	<b>Selleriesuppe</b> 51kcal -BE 2gEW AL	<b>Rindsragout mit Nockerln und Chinakohlsalat</b> 564kcal 1,5BE 36gEW AGCLOM		<b>Nougatpudding</b> 199kcal 3BE 6gEW GF

Mittwoch	1	<b>Kürbisnockerlsuppe</b> 242kcal 1BE8gEW AGL	<b>Grießschmarren mit Rosinen</b> 425kcal 5BE 10gEW AG		<b>Birnenkompott</b> 103kcal 2BE 0,5gEW -
	2	<b>Kürbisnockerlsuppe</b> 242kcal 1BE8gEW AGL	<b>Tortelloni in Tomatensauce und Kartoffelsalat</b> 653kcal 6,6BE 40gEW AGCMOL		<b>Birnenkompott</b> 103kcal 2BE 0,5gEW -

Donnerstag	1	<b>Nudelsuppe</b> 107kcal 1BE 3gEW AL	<b>Champignontasche mit Kräuterdip und Endivien-Erdäpfelsalat</b> 626kcal 3BE 19gEW AGOL		<b>Schwarzwälderroulade</b> 370kcal 3BE 6gEW AGFC
	2	<b>Nudelsuppe</b> 107kcal 1BE 3gEW AL	<b>Schnitzel gebacken mit Reis und Endivien-Erdäpfelsalat</b> 695kcal 3BE 33gEW ALCO		<b>Schwarzwälderroulade</b> 370kcal 3BE 6gEW AGFC

Freitag	1	<b>Käsecremesuppe</b> 137kcal 0,5BE 10gEW GL	<b>Kürbisgratin mit Linsensalat</b> 351kcal 4BE 18gEW GO		<b>Vanillecreme m. Ananas</b> 210kcal 2BE 4gEW GC
	2	<b>Käsecremesuppe</b> 137kcal 0,5BE 10gEW GL	<b>Fischstäbchen mit Kartoffeln, Mischgemüse und Linsensalat</b> 572kcal 3BE 21gEW ACDO		<b>Vanillecreme m. Ananas</b> 210kcal 2BE 4gEW GC

Samstag	1	<b>Spinatsuppe</b> 130kcal 1BE 4gEW AL	<b>Kartoffelauf in Kräutersauce und Grünen Salat</b> 430kcal 2BE 15gEW -		<b>Apfelmus</b> 92kcal 2BE 0,4gEW -
	2	<b>Spinatsuppe</b> 130kcal 1BE 4gEW AL	<b>Gefüllte Paprika mit Kartoffeln und Grünen Salat</b> 504kcal 4BE 36gEW MLCO		<b>Grand-Maniercreme*</b> 298kcal 1BE 4gEW GC

Kcal=Kilokalorien BE=Broteinheiten 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

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