
























# Mittagessen 22. - 28. Oktober 2023

Benediktinerstift Belmont - Stiftsküche



Sonntag	1	<b>Kohlrabisuppe</b> 157kcal 1BE 4gEW AGL	<b>Schweineröllchen mit Nudeln und Brechbohnen</b> 695kcal 2,8BE 65gEW ACL 	<b>Schwedenbombentorte</b> 260kcal 2,6BE 5gEW CAG
	2	<b>Kohlrabisuppe</b> 157kcal 1BE 4gEW AGL	<b>Vollkornnudeln in Gorgonzolasauce und Salat</b> 448kcal 2,3BE 15gEW AGLOC 	<b>Schwedenbombentorte</b> 260kcal 2,6BE 5gEW CAG
	3	<b>Kohlrabisuppe</b> 157kcal 1BE 4gEW AGL	<b>Putenschnitzel mit Naturreis, Karotten und Grünem Salat</b> 488kcal 4BE 35gEW LFO 	<b>Rotweinkuchen*</b> 262kcal/2,5BE AGC
Montag	1	<b>Goldwürfelsuppe</b> 193kcal 1BE 8gEW AFCL	<b>Rindsgulasch mit Nockerln und Grazer Krauthäuptel</b> 589kcal 4BE 49gEW AGLO 	<b>Ananas mit Schlagobers</b> 110kcal 1BE 8gEW G
	2	<b>Goldwürfelsuppe</b> 193kcal 1BE 8gEW AFCL	<b>Pizza Margherita mit Grazer Krauthäuptel</b> 460kcal 4BE 17gEW AG 	<b>Ananassalat</b> 200kcal 4BE 0,7gEW -
	3	<b>Goldwürfelsuppe</b> 193kcal 1BE 8gEW AFCL	<b>Kürbispuffer mit Kartoffeln und Salat</b> 454kcal 2BE 13gEW O 	<b>Ananassalat</b> 200kcal 4BE 0,7gEW -
Dienstag	1	<b>Zucchini-suppe</b> 89kcal 0,4BE 2,5gEW AGL	<b>Leberkäse mit Kartoffeln und Tomatensalat</b> 487kcal 1,8BE 18EW O 	<b>Obstsalat</b> 116kcal 2BE 1gEW -
	2	<b>Zucchini-suppe</b> 89kcal 0,4BE 2,5gEW AGL	<b>Karottenquiche mit Ingwer, Walnüssen und Tomatensalat</b> 829kcal 4BE 23gEW AGC 	<b>Obstsalat</b> 116kcal 2BE 1gEW -
	3	<b>Zucchini-suppe</b> 89kcal 0,4BE 2,5gEW AGL	<b>Scheiterhaufen mit Vanillesauce</b> 419kcal 4BE 10gEW AGCFH 	<b>Obstsalat</b> 116kcal 2BE 1gEW -
Mittwoch	1	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	<b>Lasagne mit Gurkensalat</b> 672kcal 4BE 32gEW AGCOL 	<b>Birnenjoghurt</b> 100kcal 1BE 3gEW G
	2	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	<b>Knödeln in Eierschwammerlsauce und Gurkensalat</b> 479kcal 3BE 14gEW AGCFL 	<b>Birnenjoghurt</b> 100kcal 1BE 3gEW G
	3	<b>Frittatensuppe</b> 130kcal 0,4BE 8gEW AGCL	<b>Kümmelfleisch mit Kartoffeln, gedünstetem Weißkraut und Gurkensalat</b> 460kcal 1BE 30gEW MLO 	<b>Birnenjoghurt</b> 100kcal 1BE 3gEW G
Donnerstag	1	<b>Leberknödelsuppe</b> 125kcal 0,5BE 6gEW AC	<b>Rindsbraten mit Rotkraut, Kroketten und Speckbohnen</b> 697kcal 5BE 45gEW AGOM 	<b>Kokosecken</b> 249kcal 2,5BE 3gEW AGCF
	2	<b>Nudelsuppe</b> 138kcal 1BE 8gEW ACL	<b>Gemüsesticks und Grazer Krauthäuptel</b> 449kcal 2BE 12gEW AGC 	<b>Kokosecken</b> 249kcal 2,5BE 3gEW AGCF
	3	<b>Leberknödelsuppe</b> 125kcal 0,5BE 6gEW AC	<b>Faschiertes Butterschnitzel mit Kartoffeln, Gemüse und Salat</b> 337kcal 2BE 27gEW MCO 	<b>Marmorkuchen</b> 175kcal 1,5BE AGCF
Freitag	1	<b>Steinpilzsuppe</b> 195kcal 0,4BE 4gEW AGL	<b>Saiblingsfilet mit Kartoffeln, Gemüsestreifen und Krautsalat</b> 364kcal 2,5BE 35gEW O 	<b>Vanillepudding</b> 137kcal 2BE 3gEW G
	2	<b>Steinpilzsuppe</b> 195kcal 0,4BE 4gEW AGL	<b>Milchrahmstrudel mit Obstgarnitur</b> 696kcal 5BE 22gEW AGC 	<b>Karamellsauce</b> 107kcal 1BE 3EW G
	3	<b>Steinpilzsuppe</b> 195kcal 0,4BE 4gEW AGL	<b>Gemüselaibchen mit Krautsalat und Dip</b> 343kcal 3BE 10gEW O 	<b>Vanillepudding</b> 137kcal 2BE 3gEW G
Samstag	1	<b>Backerbsensuppe</b> 152kcal 0,5BE 7gEW AGCL	<b>Schweinsbraten mit Knödel und Sauerkraut</b> 675kcal 3BE 51gEW AGCLF 	<b>Zwetschkencreme</b> 115kcal 0,5BE 9gEW G
	2	<b>Backerbsensuppe</b> 152kcal 0,5BE 7gEW AGCL	<b>Topfenknödeln mit Obstgarnitur</b> 502kcal 3BE 14g EW AGCF 	<b>Vanillesauce</b> 155kcal 2BE 4gEW G
	3	<b>Backerbsensuppe</b> 152kcal 0,5BE 7gEW AGCL	<b>Zucchini-scheiben mit Kartoffeln, Linsengemüse und Salatmix</b> 508kcal 5BE 27gEW L 	<b>Zwetschkencreme</b> 115kcal 0,5BE 9gEW G

kcal=Kilokalorien BE=Broteinheiten 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