














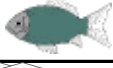







Speiseplan 23. bis 29. Oktober

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche

Sonntag	1	Profiterolsuppe 120kcal 0,6BE 7gEW AL	Kalbsbraten mit Seviettenknödel und Gemüse 655kcal 2,5BE 50gEW AGC 	Donauwelle 272kcal 2BE 3gEW AGC
	2	Profiterolsuppe 120kcal 0,6BE 7gEW AL	Spargel mit Sauce hollandaise ,Kartoffeln und Grünem Salat 332kcal 1,6BE 5gEW GOC 	Donauwelle 272kcal 2BE 3gEW AGC
	3	Profiterolsuppe 120kcal 0,6BE 7gEW AL	Krautfleckerln mit Grünem Salat 634kcal 9BE 22gEW ACOL 	Donauwelle 272kcal 2BE 3gEW AGC
Montag	1	Polentanockerlsuppe 204kcal 1Be 6gEW	Gebratene Knackwurst mit Püree, Brokkoli und Bohnensalat 823kcal 2BE 25gEW GOL 	Marillenschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G
	2	Polentanockerlsuppe 204kcal 1Be 6gEW	Gefüllte Kartoffelaibchen mit Rotkraut und Bohnensalat 466kcal 3BE AGCOL 	Marillenschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G
	3	Polentanockerlsuppe 204kcal 1Be 6gEW	Lammtascherl auf Wurzelsauce und Bohnensalat 368kcal 3BE 19gEW ACOGL 	Marillenschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G
Dienstag	1	Fenchelsuppe AGL 129kcal 0,4BE 2gEW	Gefüllte Schweineschulter mit Kartoffelrolle, Karotten und Gurkensalat 732kcal 3BE 45gEW AOGC 	Vanillejoghurt 154kcal 2BE 5gEW G
	2	Fenchelsuppe AGL 129kcal 0,4BE 2gEW	Gemügesticks mit Dip und Gurkensalat 449kcal 2BE 12gEW AGOC 	Vanillejoghurt 154kcal 2BE 5gEW G
	3	Fenchelsuppe AGL 129kcal 0,4BE 2gEW	Apfel-Reisauflauf mit Obstgarnitur 510kcal 5BE 15gEW CG 	Zwetschkenröster 110kcal 2BE 8gEW -
Mittwoch	1	Bratnockerlsuppe 193kcal 0,4BE 5gEW AGC	Schweinsfilet in Mangosauce ,Kroketten und Gemüse 601kcal 6BE 34gEW AGL 	Schokoladenmousse 370kcal 2BE 5gEW GFC
	2	Bratnockerlsuppe 193kcal 0,4BE 5gEW AGC	Eierschwammerl a la creme mit Serviettenknödel u. Krautsalat 543kcal 6BE 15gEW AGCFO 	Schokoladenmousse 370kcal 2BE 5gEW GFC
	3	Bratnockerlsuppe 193kcal 0,4BE 5gEW AGC	Bunte Gemüsepfanne mit Kartoffeln und Krautsalat 358kcal 2BE 6gEW O 	Naturjoghurt mit Preiselbeeren
Donnerstag	1	Karotten-Erbsens. 106kcal 0,5BE 3gEW L	Sauerbraten* mit Semmelknödel und Rotkraut 609kcal 4BE 37gEW AGOC 	Heidelbeerschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC
	2	Karotten-Erbsens. 106kcal 0,5BE 3gEW L	Topfennocken auf Gemüse mit Linsensalat 337kcal 2BE 15gEW AGCOL 	Heidelbeerschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC
	3	Karotten-Erbsens. 106kcal 0,5BE 3gEW L	Reisfleisch mit Linsensalat 332kcal 3BE 17gEW OL 	Heidelbeerschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC
Freitag	1	Kürbiscremes. AGL 134kcal 0,6BE 3gEW	Fischstäbchen mit Kartoffeln und Tomatensalat 572kcal 3BE 21gEW ADCO 	Ananas mit Schlagobers 110kcal 1BE 0,8gEW G
	2	Kürbiscremes. AGL 134kcal 0,6BE 3gEW	Topfenstrudel mit Obstgarnitur 519kcal 5BE 11gEW AGC 	Vanille-und Schoko-sauce 155kcal 2BE 4gEW G
	3	Kürbiscremes. AGL 134kcal 0,6BE 3gEW	Spaghetti in Olivensauce und Tomatensalat 519kcal 6BE 16gEW ACOD 	Ananassalat 74kcal 1,3BE 0,7gEW -
Samstag	1	Rollgerstens. AGL 177kcal 1BE 10gEW	Pariser Schnitzel mit Kartoffeln und Grünem Salat 714kcal 2BE 43gEW AOC 	Topfencreme 200kcal 1BE 6gEW G
	2	Rollgerstens. AGL 177kcal 1BE 10gEW	Zucchini-scheiben mit Linsengemüse und Grünem Salat 508kcal 5BE 27gEW LO 	Topfencreme 200kcal 1BE 6gEW G
	3	Rollgerstens. AGL 177kcal 1BE 10gEW	Rindsschnitzel mit Reis und Gemüse 429kcal 3BE 26gEW AGML 	Topfencreme 200kcal 1BE 6gEW G

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

ALLERGENE	H= Schalenfrüchte	O= Sulphite
A= Glutenhaltig, Getreide	F= Sojabohnen	B= Krebstiere
C= Eier von Geflügel	M= Senf	E= Erdnuss
D= Fisch	L= Sellerie	P= Lupinien
G= Milch u. Laktose	N= Sesam	R= Weichtiere