

Mittagessen 25.- 31.Jänner 2026

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Selleriescheiben mit Linsengemüse und Endiviensalat 679kcal 2BE 6gEW AGCOL		Abt Gerhard-Torte 306kcal 2BE 5gEW AHC
	2	Frittatensuppe 154kcal 0,5BE 9gEW AGCL	Schnitzel gebacken, Reis und Endivien-salat mit Erdäpfel 695kcal 3BE 33gEW ACO		Abt Gerhard-Torte 306kcal 2BE 5gEW AHC
Montag	1	Fisolensuppe 86kcal -BE 4gEW L	Kräuterseitlingssauce mit Serviettenknödel und Rettichsalat 543kcal 6BE 15gEW AGCLO		Topfennockerl mit Mus 181kcal 1,4BE 4gEW G
	2	Fisolensuppe 86kcal -BE 4gEW L	Fleischkrapfen mit Sauerkraut 570kcal 4BE 23gEW AGOC		Topfennockerl mit Mus 181kcal 1,4BE 4gEW G
Dienstag	1	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW L	Vollkornnudeln in Gorgonzolasauce mit Chinakohlsalat 611kcal 5BE 21gEW ACGLO		Haselnusspudding 150kcal 1,5BE 7gEW G
	2	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW L	Reisfleisch mit Chinakohlsalat 332kcal 3BE 17gEW OL		Haselnusspudding 150kcal 1,5BE 7gEW G
Mittwoch	1	Fenchel-Karottensuppe 129kcal 0,4BE 2gEW L	Topfenknödel in Vanillesauce 502kcal 3BE 14gEW AGC		Marillenkompott 126kcal 2BE 1gEW-
	2	Fenchel-Karottensuppe 129kcal 0,4BE 2gEW L	Spaghetti in Tomatensauce mit Krautsalat 497kcal 5BE 23gEW AOL		Marillenkompott 126kcal 2BE 1gEW-
Donnerstag	1	Vegane Nudelsuppe 120kcal 1BE 9gEW ACL	Kartoffelgulasch und Roter Rübensalat 333kcal 2BE 11gEW LO		Muffin vegan 203kcal 2BE 25gEW AFH
	2	Buchstabensuppe 115kcal 1BE 7gEW ACL	Hühnerbrustfilet mit Reis, Gemüse und Rotem Rübensalat 488kcal 4BE 35gEW LO		Steirisches Tiramisu 326kcal 2BE 5gEW AGH
Freitag	1	Polentanockerluppe 204kcal 1BE 6gEW AGCL	Brokkoli-Flan in Dillsauce und Chinakohlsala 417kcal 2BE 20gEW GOLC		Clementine 54kcal 1BE 0,8gEW -
	2	Polentanockerluppe 204kcal 1BE 6gEW AGCL	Fischstäbchen mit Kartoffeln, Gemüse und Chinakohlsalat 572kcal 3BE 21gEW ACDO		Clementine 54kcal 1BE 0,8gEW -
Samstag	1	Zwiebelsuppe * 180kcal 0,6BE 9g EW AGOL	Champignonomelette mit Karottensalat 319kcal 0,4E 22gEW C		Zitronen-Joghurtcreme 200kcal 2BE 3gEW G
	2	Zwiebelsuppe * 180kcal 0,6BE 9g EW AGOL	Selchschopf mit Grießknödel und Sauerkraut 747kcal 2,7BE 37gEW AGCMOF		Zitronen-Joghurtcreme 200kcal 2BE 3gEW G

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:	Flüssigdoter	ÖÖ	
Fleisch:			
Schweinefleisch	Stmk	Milch und Milchprodukte:	
Rindfleisch	Österreich	Butter	ÖÖ
Kalbfleisch	Österreich	Topfen	Sbg
Huhn	Stmk	Sauerrahm	ÖÖ
Wild	Stiftisches Wild	Joghurt	ÖÖ
Eier:		Schlagobers	Stmk
Bio-Eier	Döllach/Stmk	Haltbar-Schlagobers	ÖÖ
Konventionelle Eier	Stmk	Käse	Österreich
Fisch:			
Forelle, Saibling, Wels	Österreich		
Fischstäbchen		Alaska Seelachs, gefangen im Nordwestpazifik	