



Mittagessen 26. Februar bis 4. März 2023

Benediktinerstift Komont - Stiftsküche



Sonntag	1	Karfiolsuppe 130kcal 0,5BE 4gEW AGL	Kalbskräuterschnitzel mit Nudeln und Gemüse 495kcal 3BE 35gEW-		Kokos-Mango-Torte* 252kcal 2,7BE 8gEW CAG
	2	Karfiolsuppe 130kcal 0,5BE 4gEW AGL	Topfenfrüchteauflauf 644kcal 7BE 20gEW GC		Fruchtsauce 41kcal 0,5BE 0,8gEW -
	3	Karfiolsuppe 130kcal 0,5BE 4gEW AGL	Gebratene Hühnerkeule mit Reis und Mischgemüse 495kcal 3BE 36gEW -		Kokos-Mango-Torte* 252kcal 2,7BE 8gEW CAG
Montag	1	Goldwürfelsuppe 193kcal 1BE 8gEW AGFL	Bauernkotelette mit Nudeln, Karfiol und Krautsalat 617kcal 6BE 47gEW ALOC		Buttermilchmousse 116kcal 0,7BE 2gEW GO
	2	Goldwürfelsuppe 193kcal 1BE 8gEW AGFL	Spinatnockerln und Krautsalat 522kcal 5BE 21gEW AGCOL		Buttermilchmousse 116kcal 0,7BE 2gEW GO
	3	Goldwürfelsuppe 193kcal 1BE 8gEW AGFL	Spanische Reispfanne mit Krautsalat 539kcal 2BE43gEW DOL		Buttermilchmousse 116kcal 0,7BE 2gEW GO
Dienstag	1	Bunte leg.Grießsuppe 180kcal 1BE 9gEW ALC	Schnitzel gebacken mit Reis und Endiviensalat mit Erdäpfeln 869kcal 6BE 36gEW ACMOL		Apfelmus 92kcal 1,8BE 0,4gEW -
	2	Bunte leg.Grießsuppe 180kcal 1BE 9gEW ALC	Topfenknödeln mit Obstgarnitur 502kcal 3BE 14gEW AGCF		Karamellsauce 126kcal/1BE G
	3	Bunte leg.Grießsuppe 180kcal 1BE 9gEW ALC	Linsengemüse mit gefülltem Kohl und Endiviensalat 364kcal 5BE 15gEW LOM		Apfelmus 92kcal 1,8BE 0,4gEW -
Mittwoch	1	Wurzelgemüsesuppe 130kcal 0,4BE 3gEW L	Cevapcici mit Kartoffeln und Chinakohlsalat 890kcal 4BE 43gEW MCO		Beerenjoghurt 100kcal 1BE 3gEW G
	2	Wurzelgemüsesuppe 130kcal 0,4BE 3gEW L	Eierschwammerln a la Creme mit Knödel und Grünem Salat 543kcal 6BE 15gEW AGCOF		Beerenjoghurt 100kcal 1BE 3gEW G
	3	Wurzelgemüsesuppe 130kcal 0,4BE 3gEW L	Reisfleisch mit Chinakohlsalat 457kcal 2BE 28gEW OL		Beerenjoghurt 100kcal 1BE 3gEW G
Donnerstag	1	Buchstabenuppe 115kcal 0,8BE 7gEW ACL	Esterhazy - Rindsschnitzel mit Nockerln und Rotem Rübensalat 682kcal 3BE 41gEW AGCLOM		Geb.Topfentorte 395kcal 2BE 11gEW AGC
	2	Buchstabenuppe 115kcal 0,8BE 7gEW ACL	Kartoffelschmarren mit Rotem Rübensalat 512kcal 7BE 11gEW OA		Geb.Topfentorte 395kcal 2BE 11gEW AGC
	3	Buchstabenuppe 115kcal 0,8BE 7gEW ACL	Gekochtes Rindfleisch mit Röstkartoffeln und Kohlrabisauce 546kcal 3BE 30gEW GM		Cremejoghurt mit Preiselbeeren 153/ 1/ 7/ G
Freitag	1	Haferflockensuppe 178kcal 0,8BE 5gEW AGL	Fischstäbchen mit Kartoffeln und Bohnensalat 572kcal 3BE 21gEW ACDO		Krokantcreme 227kcal 2,6BE 6gEW GC
	2	Haferflockensuppe 178kcal 0,8BE 5gEW AGL	Topfenkirschaufauf 568kcal 5BE 20gEW AGC		Birnenkompott 118kcal 2BE 0,3gEW -
	3	Haferflockensuppe 178kcal 0,8BE 5gEW AGL	Gemüsestrudel mit Bohnensalat 265kcal 2BE 10gEW ACOL		Krokantcreme 227kcal 2,6BE 6gEW GC
Samstag	1	Nudelsuppe 115kcal 0,8BE 7gEW ACL	Champignonschnitzel mit Wedges und Gemüse 728kcal 1,4BE 34gEW ALG		Vanillepudding 137kcal 2BE 3gEW G
	2	Nudelsuppe 115kcal 0,8BE 7gEW ACL	Krautauflauf mit Endiviensalat 344kcal 1,5BE 10gEW GOCL		Vanillepudding 137kcal 2BE 3gEW G
	3	Nudelsuppe 115kcal 0,8BE 7gEW ACL	Kümmelbraten mit Kartoffeln und Gemüse 504kcal 2BE 32gEW -		Vanillepudding 137kcal 2BE 3gEW 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