



# Mittagessen 28.Juni - 4.Juli 2026

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche



Sonntag	1	<b>Profiterolsuppe</b> 147kcal 1BE 7gEW ACL	<b>Eiernockerln und Grüner Salatmix mit Karotten</b> 657kcal 5BE 25gEW ACO		<b>Kokoskuchen</b> 235kcal 2,5BE 4gEW AGC
	2	<b>Profiterolsuppe</b> 147kcal 1BE 7gEW ACL	<b>Hirschragout* mit Serviettenknödel und Rotkraut</b> 731kcal 5BE 40gEW AGCOLF		<b>Birnentorte*</b> 468kcal 5BE 4gEW AGOC
Montag	1	<b>Kartoffel-Gemüsesuppe</b> 132kcal 0,5BE 3gEW L	<b>Mediteraner Kohltopf aus dem Ofen mit Tomatensalat</b> 207kcal 1,5BE 8gEW LO	 	<b>Marillenkompott</b> 110kcal 2BE 0,7gEW-
	2	<b>Kartoffel-Gemüsesuppe</b> 132kcal 0,5BE 3gEW L	<b>Cordon bleu mit Kartoffeln und Krautsalat</b> 738kcal 4BE 43gEW AGOC		<b>Weißes Schokoladen-dessert</b> 480kcal 2BE 7gEW GF
Dienstag	1	<b>Spinatknödelsuppe</b> 147kcal 0,3BE 8gEW AGCL	<b>Kartoffel-Paprika-Burger mit Dip und Krautsalat</b> 275kcal 3BE 8gEW O		<b>Himbeercreme</b> 150kcal 1,5BE 8gEW G
	2	<b>Spinatknödelsuppe</b> 147kcal 0,3BE 8gEW AGCL	<b>Faschierte Laibchen mit Püree und Tomatensalat</b> 562kcal 2,6BE 32gEW AGCMOL		<b>Himbeercreme</b> 150kcal 1,5BE 8gEW G
Mittwoch	1	<b>Schwammerlsuppe</b> 126kcal 0,3BE 3gEW AL	<b>Nussschmarren mit Obstgarnitur</b> 732kcal 5BE 16gEW GCFH		<b>Vanillesauce</b> 155kcal 2BE 4gEW
	2	<b>Schwammerlsuppe</b> 126kcal 0,3BE 3gEW AL	<b>Pizza Margherita mit Käferbohnsalat</b> 401kcal 4BE 15gEW AGO	 	<b>Orangensalat</b> 117kcal 2BE 2gEW -
Donnerstag	1	<b>Krautsuppe</b> 70kcal 0,4BE 3gEW L	<b>Haferschnitzel mit Fenchelgemüse und Gurkensalat</b> 519kcal 4BE 25gEW AFL	 	<b>Veganer Muffin</b> 203kcal 2BE 1,6gEW AFH
	2	<b>Krautsuppe</b> 70kcal 0,4BE 3gEW L	<b>Hühnerbrustfilet mit Reis und Gurkensalat mit Kartoffeln</b> 623kcal 3BE 40gEW MOG		<b>Bananenschnitte</b> 296kcal 2BE 4gEW AGCHF
Freitag	1	<b>Reibteig-Gemüsesuppe</b> 108kcal 1BE 6gEW AL	<b>Fisoleintopf mit Nockerln und Schwarzwurzelsalat</b> 279kcal 1BE 6gEW LAGC		<b>Apfelmus</b> 92kcal 2BE 0,4gEW -
	2	<b>Reibteig-Gemüsesuppe</b> 108kcal 1BE 6gEW AL	<b>Forellenfilet mit Kartoffeln und Schwarzwurzelsalat</b> 373kcal 3BE 36gEW DAGO		<b>Apfelmus</b> 92kcal 2BE 0,4gEW -
Samstag	1	<b>Rollgerstensuppe</b> 177kcal 1,5BE 10gEW AL	<b>Kartoffelgemüsegröstl mit Grünem Salat</b> 260kcal 3BE 6gEW O		<b>Waldbeeryoghurt</b> 135kcal 2BE 4gEW G
	2	<b>Rollgerstensuppe</b> 177kcal 1,5BE 10gEW AL	<b>Rindsroulade mit Nudeln und Dillbohnen</b> 546kcal 3BE 39gEW ACLMO	 	<b>Waldbeeryoghurt</b> 135kcal 2BE 4gEW G

kcal=Kilokalorien BE=Proteinheiten 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

*Segnete Mahlzeit*

<b>Herkunftszeichnung:</b>	Flüssigdotter	OÖ	
<b>Fleisch:</b>			
Schweinefleisch	Stmk	<b>Milch und Milchprodukte:</b>	
Rindfleisch	Österreich	Butter	OÖ
Kalbsfleisch	Österreich	Topfen	Sbg
Huhn	Stmk	Sauerrahm	OÖ
Wild	Stiftisches Wild	Joghurt	OÖ
<b>Eier:</b>		Schlagobers	Stmk
Bio-Eier	Döllach/Stmk	Haltbar-Schlagobers	OÖ
Konventionelle Eier	Stmk	Käse	Österreich
<b>Fisch:</b>			
Forelle, Saibling, Wels	Österreich		
Fischstäbchen	Alaska Seelachs, gefangen im Nordwestpazifik		