

Speiseplan 29. März - 4. April 2026

Benediktinerstift Admont - Stiftsküche

Sonntag	1	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW AL	Ofenkartoffeln mit Spinat, Tomaten, Oliven, und Grünem Salat 238kcal 3BE O	 	Bienenstich 308kcal 2BE 5gEW AGCH
	2	Pastinakensuppe 109kcal -BE 4gEW AL	Kalbsbraten mit Mandelbällchen und Gemüse 655kcal 2,5BE 50gEW AGC	 	Bienenstich 308kcal 2BE 5gEW AGCH

Montag	1	Profiterolsuppe 147kcal 1BE 7gEW ACL	Selleriescheiben mit Linsengemüse und Endivien-Kartoffelsalat 466kcal 3BE AGCOL	 	Birnenschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G
	2	Profiterolsuppe 147kcal 1BE 7gEW ACL	Gebackene Hähnernuggets mit Püree, Erbsen und Salat 680kcal 4BE 20gEW ACOG		Birnenschaum 75kcal 0,7BE 0,4gEW G

Dienstag	1	Fenchelsuppe 129kcal 0,4BE 2gEW AGL	Gemüsesticks mit Dip und Rotem Rübensalat 449kcal 2BE 12gEW AGOC	 	Vanillejoghurt 154kcal 2BE 5gEW G
	2	Fenchelsuppe 129kcal 0,4BE 2gEW AGL	Bratwurst mit Kartoffeln und Sauerkraut und Rotem Rübensalat 630kcal -BE 36gEW LO		Vanillejoghurt 154kcal 2BE 5gEW G

Mittwoch	1	Polentanockerluppe 204kcal 1Be 6gEW AGCL	Kaiserschmarren mit Fruchtgarnitur 526kcal 4BE 17gEW AGC	 	Zwetschkenröster 110kcal 2BE 8gEW -
	2	Polentanockerluppe 204kcal 1Be 6gEW AGCL	Champignonsauce mit Servietten-knödel u. Krautsalat 543kcal 6BE 15gEW AGCFO		Schokoladenmousse 247kcal 2BE 5gEW GFC

Donnerstag	1	Karotten-Erbensuppe 106kcal 0,5BE 3gEW L	Spinat mit Röstkartoffeln 425kcal 2BE 8gEW GAL	 	Apfelschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC
	2	Karotten-Erbensuppe 106kcal 0,5BE 3gEW L	Reisfleisch mit Schwarzwurzelsalat 332kcal 3BE 17gEW OL		Apfelschnitte 287kcal 3BE 10gEW AGC

Freitag	1	Rahmsuppe/Kartoffeln 203kcal 2BE 5gEW GOL	Spaghetti in Olivensauce und Chinakohlsalat 519kcal 6BE 16gEW AO	 	Ananassalat 200kcal 4BE 0,6gEW-
	2	Rahmsuppe/Kartoffeln 203kcal 2BE 5gEW GOL	Grießschmarren mit Rosinen 425kcal 5BE 10gEW AGO		Hollerröster 128kcal 1BE 3gEW -

Samstag	1	Rollgerstensuppe 177kcal 1,5BE 10gEW AGL	Chinakohlroulade mit Erdäpfel-Walnuss füllte, Pesto und Salat 444kcal 3BE 10gEW H	 	Banane 135kcal 2,5BE 2gEW-
	2	Rollgerstensuppe 177kcal 1,5BE 10gEW AGL	Pariser Schnitzel mit Kartoffeln und Gemüse 714kcal 2BE 43gEW AOC		Topfcreme 200kcal 1BE 6gEW 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:	Flüssigdotter	oÖ
Fleisch:		
Schweinefleisch	Stmk	Milch und Milchprodukte:
Rindfleisch	Österreich	Butter
Kalbsfleisch	Österreich	Topfen
Huhn	Stmk	Sauerrahm
Wild	Stiftisches Wild	oÖ
Eier:		Joghurt
Bio-Eier	Döllach/Stmk	Schlagobers
Konventionelle Eier	Stmk	Haltbar-Schlagobers
Fisch:		Stmk
Forelle, Saibling, Wels	Österreich	Käse
Fischstäbchen	Alaska Seelachs, gefangen im Nordwestpazifik	Österreich