

SPEISEKARTE

SMOOTHIES

0,3 l / 0,4 l

 **APFEL-KAROTTE-INGWER** _____ **4.20 / 5.20**
Gelber Kraftsaft mit Orangensaft, Apfel, Karotte, Ingwer,
Vollkorn-Haferflocken

 **HEIDELBEERE-ROTEBEETE** _____ **4.20 / 5.20**
Roter Kraftsaft mit Orangensaft, Apfel, Heidelbeeren, Rote
Beete, Sonnenblumenkernen

 **BIRNE-GRÜNKOHL** _____ **4.20 / 5.20**
Grüner Kraftsaft mit Orangensaft, Apfel, Birne, Grünkohl,
Kürbiskerne

 **MANGO-PFEFFER-KOHLE** _____ **4.20 / 5.20**
Kraftsaft mit Orangensaft, Apfel, Mango, Karotten,
Nussmischung, Aktivkohle, Kurkuma & Schwarzer Pfeffer

 **KAFFEE-NUSS-APFEL** _____ **4.20 / 5.20**
Kraftsaft mit Espresso®, Milch (Hafer-/Kuhmilch), Nussmischung,
Apfel, Haferflocken, Birne & Kakao


 = VEGAN

SALATE

 **NUSSIGER SALAT** _____ **6.50**
Blattsalat mit Apfel, Rote Beete, Karotte & Nussmischung +
Himbeer-Senf-Dressing⁹

 **FRUCHTIGER SALAT** _____ **6.50**
Blattsalat mit Apfel, Saisonobst, Karotte & Kürbiskerne +
Tomate-Mango-Dressing⁹

VOLLMUNDIGER SALAT _____ **6.50**
Blattsalat mit Karotte, Mais, Lauchzwiebeln und Grana Padano¹
+ Joghurt-Dressing⁹

 **PERFEKTER SALAT (do it yourself)** _____ **7.80**
Blattsalat mit freier Auswahl an Gemüse, Obst und 2 edlen
Extras (Käse, Fleisch, Nüsse etc. - s. Salattheke)

 **FITNESSSALAT** _____ **8.20**
Blattsalat mit Karotten, Apfel, Nussmischung, Linsen oder
Fleisch, Hummus⁹, Olivenöl + Zitronensaft

 **BEILAGENSALAT** _____ **3.50**
Blattsalat mit Obst & Gemüse der Saison + Hausvinaigrette⁹

 **COLE SLAW** _____ **3.50**
Krautsalat mit Karotten + scharfes Tomaten-Mango-Dressing⁹ +
Erdnussbutter

 **DESSERTSALAT** _____ **3.50**
Apfel- & Karottensalat mit Orangensaft & Haus-Müsli

EINTÖPFE

 **GEMÜSEEINTOPF** _____ **5.50**

Gemüse Eintopf mit Kartoffeln, Karotten, Champignons, Linsen, Zwiebeln und täglich wechselndem Saisongemüse + hausgemachter Gewürzmischung (ohne Geschmacksverstärker)

FLEISCHEINTOPF _____ **7.50**

Gemüse Eintopf + Putenfleisch aus tiergerechter, regionaler Haltung

KLEINES & SÜSSES

 **DREIFARBEN-HUMMUS** _____ **3.90**

Dreierlei Hummus⁹ (Natur, Rote Beete, Spinat) und Olivenöl mit geröstetem Sauerteigbrot¹

 **MÜSLIRIEGEL** _____ **1.50**

hausgemacht mit Vollkorn-Haferflocken, Nüssen + Schokolade

 **PORTION OBST** _____ **0.50**

Saisonale Früchte der Region

 **BLECHKUCHEN** _____ **2.00**

Ein Stück veganer Streuselkuchen mit saisonalem Obst

DESSERT IM GLAS _____ **2.00**

Dessert des Tages - bitte bei Thekenpersonal erfragen


FRITTIERTES

 **GEMÜSECHIPS mit Dip** _____ **3.50 / 5.50**

Kartoffeln, gemischtes Wurzelgemüse & Rote Beete mit Hausdip⁹

RISOTTOBÄLLE mit Dip _____ **3.50 / 6.50**

6 Stk. / 12 Stk.

- A  **Spinat** (Risotto⁷+Spinat+Gewürze)
- B **Chili Cheese** (Risotto⁷+Gouda+Chiliflocken)
- C **Hackebällchen** (Risotto⁷+Rinderhack+Gouda)

Mix Veggie (Mischung A+B)

Mix Tierisch (Mischung A+B+C)

- D  **Apfelbällchen** (Kokosrisotto + Apfelmus des Hauses)
- E  **Kompottbällchen** (Kokosrisotto + saison. Kompott)

 = VEGAN

RÖSTBROTE

 **GRILLGEMÜSE** _____ **3.40 / 6.00**
halb / ganz
Geröstetes Brot¹ belegt mit gegrillten Auberginen + Karotten, Hummus⁹, Oliven⁴, saisonales Grün und Hausdip⁹

 **KRAUT&RÜBEN** _____ **3.40 / 6.00**
Geröstetes Brot¹ belegt mit gegrillten Karotten + Auberginen, Erbsenpüree, Zwiebelkompott⁹ und Cole Slaw⁹

HIRTENKÄSE _____ **3.90 / 7.00**
Geröstetes Brot¹ belegt mit gegrillten Auberginen + Karotten, Hirtenkäse, Hummus⁹, Oliven⁴, saisonales Grün und Hausdip⁹

DREIKÄSE _____ **3.90 / 7.00**
Geröstetes Brot¹ belegt mit gegrillten Auberginen, Gouda, Gorgonzola, Grana Padano⁹, saisonales Grün und Hausdip⁹

BACON _____ **3.90 / 7.00**
Geröstetes Brot¹ belegt mit gebratenem Speck¹²⁹, Erbsenpüree, Zwiebelkompott⁹, Gouda und Cole Slaw⁹

SCHWARZWÄLDER _____ **3.90 / 7.00**
Geröstetes Brot¹ belegt mit Schwarzwälder Schinken¹²⁹, Frischkäse, Zwiebelkompott⁹, Gouda und saisonales Grün

RINDERBRATEN _____ **3.90 / 7.00**
Geröstetes Brot¹ belegt mit hausgemachtem Rinderbraten, Hausdip⁹, saisonalem Obstkompott, Cole Slaw⁹ und Gouda

SALAMI _____ **3.90 / 7.00**
Geröstetes Brot¹ belegt mit Salami¹²⁹, Gorgonzola, Oliven⁴, Gouda, Hausdip⁹ und saisonales Grün

Zahlungsmöglichkeiten

Bargeld Girokarte Kreditkarte
Sodexo Ticket-Restaurant Googlepay
Apple Pay ESSENZIALE - Gutschein

Zusatzstoffe

1 mit Konservierungsstoffen. 2 mit Nitrat. 3 mit Schwefel.
4 geschwärzt. 5 mit Farbstoffen. 6 mit Süßungsmitteln.
7 mit (natürlichen) Geschmacksverstärkern. 8 koffeinhaltig.
9 mit Antioxidationsmitteln

Eine Liste der (potenziellen) **Allergene** ist an der Kasse einsehbar. Gerne helfen wir dir auch im direkten Gespräch weiter. Weise uns bitte früh genug auf schwerwiegende Allergien und Unverträglichkeiten hin! Wir helfen weiter.
Alle Preise sind in Euro und inklusive der gesetzlichen Mehrwertsteuer.

ÖFFNUNGSZEITEN

MONTAG - MITTWOCH	9:30 - 19:30
DONNERSTAG - SAMSTAG	9:30 - SPÄT
SONNTAGS & FEIERTAGS	GESCHLOSSEN
Komplette Mittagsküche	11:00 - 19:30

 = VEGAN