

### FRÜHSTÜCK

#### AVOCADO-BROT a/c/h/g

Bio-Roggenbrot mit Frischkäse, Avocado & ein Hauch Chili **6,70**

#### HAUSGEMACHTES GRANOLA v/g/h

Selbstgemachte Knuspermüsli aus lauter tollen Nüsslein & Samen, dazu Naturjoghurt und Früchte klein **5,90** groß **8,60**

#### POWER-PORRIDGE v/a

cremige Haferflocken mit Kokosmilch & Special-Topping **5,00**

#### WAKE-UP-ROLL a/c/h/g

zarte Tortilla gefüllt mit Scrambled Egg, Avocado, Tomaten & Honig-Senfsauce **5,50**  
mit Käse **6,00** Knusperspeck **6,50**  
mit Käse & Knusperspeck **6,90**

### SALATE

#### VIETNAMESISCHER HÜHNERSALAT gf/lf/le/f/m/o

Blattsalat mit Hühnerbrust, Mango, Karotten, Sprossen & Erdnüssen **8,50**

#### VIETNAMESISCHER TOFUSALAT v/gf/lf/le/f/m/o

Blattsalat mit gebratenen Tofuwürfeln, Mango, Karotten, Sesam, Erdnüssen & Sojasprossen **8,50**

#### CAESAR SALAD a/c/m/o

Blattsalat mit zarter Hühnerbrust, Tomaten & Parmesan **8,50**

#### GEMISCHTER SALAT v/gf/lf/m/o

klein **3,00** gross **4,80**

### PANINI

#### CHICKEN & CHEESE a/c/g/m/o

mit gebratenem Huhn, Gouda, Rucola, rotem Zwiebel & Honig-Senfsauce **5,70**

#### VEGGIE PANINO ve/a/c/g/m/o

jeden Tag eine tolle Veggie-Überraschung!  
wir überlegen uns etwas Spezielles für Sie! **5,40**

### SUPPEN

#### HÜHNERCURRY gf/lf/m

mit Reis **6,90**

#### GEMÜSECURRY v/gf/lf/m

mit Reis **5,90**

#### RED THAI KOKOS-SOUP (v)/e/f/l/m/g/lf

kräftiges Süppchen mit Gemüse, Erdnüssen, Spinat & Reis **5,90**  
zusätzlich mit zartem Huhn **6,90**

#### RINDSSUPPE MIT LEBERKNÖDEL a/c/g/l

lang gekochtes Rindsüppchen mit hausgemachten Leberknödel & Petersilie **5,90**

### ZUPPA-KRAFT

#### RINDERKRAFTSUPPE g/lf/l

die Zuppkraft - flüssige Energie!  
zum Trinken und nicht zum Löffeln.  
Zuppkraft statt Kaffee. Bekömmlich und stärkend  
0,3l **3,50** 0,5l **4,20**

### SÜSSES

#### CHEESECAKE a/c/g **3,60**

#### SCHOKO-GATEAU a/c/g **2,60**

#### MILCHREIS g **3,90**

#### PANNA COTTA g **3,90**

#### ZUPPA-TIRAMISU a/c/h/g

unwiderstehlich gut! **3,90**

#### MANGO-CREME v/gf/lf

köstlich fruchtig & ganz nebenbei vegan **3,90**

### HAUPTSACHEN

#### MONTAG

##### HERBST-PASTA (ve)/a/c/g/l/m/o

Kleine Maccaroni mit geschmortem Radicchio, Birnen, Kürbis & karamellisierten Nüssen **9,00**

Zusätzlich mit Knusperspeck **9,70**

#### DIENSTAG

##### BAUERNHENDERL gf/g/

Im Ofen gebratene Hühnernteile, dazu Bratkartoffel-Gemüse-Gröstl & Kräuterdip **9,90**

##### SCHWAMMERLSAUCE MIT KNÖDEL ve/a/c/g/l

Feine Pilzsauce mit flaumigen, hausgemachten Serviettenknödel & Petersilie **8,90**

#### MITTWOCH GROSSER LASAGNE-TAG!!!!

##### ITALIENISCHE LASAGNE a/c/g/l

Klassische Lasagne mit Faschiertem, Tomaten- & Bechamelsauce, im Ofen überbacken **9,90**

##### MEDITERRANE GEMÜSE-LASAGNE ve/a/c/g/l

Cremig-knusprige Lasagne mit viel Gemüse, Tomaten- & Bechamelsauce, mit Käse überbacken **9,00**

#### DONNERSTAG

##### SÜDTIROLER -HERBSTTOPF gf/g/l

Würziger Eintopf mit Gemüse, weißen Bohnen, Kartoffeln & zartem Huhn **9,90**

##### GEGRILLTE RÜBEN MIT POLENTA gf/g/h/l

Rote Rüben, Karotten, gelbe Rüben & Chioacchia-Rüben, im Ofen gebraten, dazu Thymianpolenta, Nüssen & Feta-Dip **9,00**

#### FREITAG

##### RENDANG CURRY (v)/gf/lf/f/l

Malaysisches Curry mit Sternanis, Cardamom, Zitronengras, Kafr Limttenblättern, viel Gemüse & Jasminreis **8,90**

Zusätzlich mit zartem Huhn **9,90**

### ZUPPA BOWLS

#### ZUPPA-VEGAN-BOWL v/gf/lf/f

warmer Reis oder Salat, Tofu, Sesam-Dressing, Sesam, Mango, Gurke, Sojabohnen, Avocado & Miso-Curcuma-Dip **8,80/9,80**

#### ZUPPA-CHICKEN-BOWL gf/lf/c

warmer Reis oder Salat, zarte Hühnerbrust, Avocado, Zucchini, Karotten, Pesto-Dressing, Limetten-Dip & Kernekrokant **8,80/9,80**

#### ZUPPA-BEEF-BOWL gf/lf/c

warmer Reis oder Salat, kurz gebratenes Beef, Tomaten, Karotten, Sojabohnen, Special-Zuppa-Dressing, Kürbiskerne & Kernöldip **9,80/10,80**

#### ZUPPA-GARNELEN-BOWL gf/lf/c

warmer Reis oder Salat, Garnelen, Gurke, Sojabohnen, Tomaten, spicy Erdnuss-red-Curry-Dressing, Erdnüsse & Chili-Mango-Dip **9,80/10,80**

### STELL DIR SELBST DEINE BOWL ZUSAMMEN

groß **9,80** klein **8,80**  
groß mit Beef oder Garnele **10,80**  
klein mit Beef oder Garnele **9,80**

1 x done well + 1 x pimp up + 4 x veggie  
+ 1 x dip + 1 x topping

#### DONE WELL

Reis, Blattsalat, Zoodles

#### DRESS UP

Sesam-Soja-Dressing, Spicy Erdnuss-red-Curry-Kokos, Italienisches Pesto-Dressing, Special-Zuppa-Dressing

#### VEGGIE

Edamame, Gurke, Avocado, Tomaten, Mango, Sojasprossen, Karotten, Zucchini

#### PIMP UP

Beef, Garnelen (extra Portion + **3,00**)  
Tofu, Chicken (extra Portion + **2,50**)

#### DIPS

Chili-Mango-Dip, Miso-Curcuma-Dip, Limetten-dip, Kürbiskernöl-Dip

#### TOPPINGS

Sesam, Erdnüsse, Kürbiskern, Kernekrokant