

**MOIN MOIN – DAS GROSSE 17,90€**

Stralsunder Landbrot und Brötchen, regionale Käse- und Wurstsorten, hausgemachter Tomatensalat sowie Tomatenbutter, Imkerhonig, hausgemachte Marmelade, Spiegelei, 1 Glas Saft 0,1

**MOINSEN – DAS VEGETARISCHE 14,90€**

Stralsunder Landbrot und Brötchen, regionale Käsesorten, Tomate-Mozzarella, Kräuterquark, Imkerhonig, hausgemachte Marmelade, Naturjoghurt mit Früchten und SüdWest Granola, 1 Glas Saft 0,1

**MOIN – DAS VEGANE  15,90€**

Stralsunder Landbrot und Brötchen, hausgemachtes Schokocroissant, Käse- und Wurstsorten, Tomate-Mozzarella, Avocado, Schokocreame, hausgemachte Marmelade, Joghurt mit Früchten und Granola, wahlweise Eier- oder Fleischsalat, 1 Glas Saft 0,1

**AHOI – DAS GESUNDE 13,90€**

Knäckebrot und Pumpernickel, regionale Käsesorten, Kräuterquark, hausgemachte Marmelade, Gemüse, Obst, Naturjoghurt mit Früchten und Granola, wahlweise hausgemachter Tomaten- oder Rote Beete Feta Hummus, 1 Glas Saft 0,1

**CIAO – DAS ITALIENISCHE 14,90€**

Stralsunder Ciabatta, regionaler Käse und Salami, Tomate-Mozzarella, Melone mit Serrano Schinken, hausgemachte Olivenpaste und Feta Crumble, Dattel im Speckmantel, SüdWest Chutney, getrocknete Tomaten, Oliven, 1 Glas Saft 0,1

**OHAYO – DAS ASIATISCHE 14,90€**

Stralsunder Brötchen, Lachstartar mit Avocado und Gurke, Gemüseomlette mit Teriyaki Tofu, Dumplings mit gebratenem Gemüse, Soja- und hausgemachte Erdnusssoße, 1 Glas Saft 0,1

**BONJOUR – DAS FRANZÖSISCHE 8,90€**

Stralsunder Croissant und 1 Scheibe Brot, Butter, Camembert, frisches Obst, wahlweise hausgemachte Marmelade oder Nutella, 1 Glas Saft 0,1

**EXTRAS**

Koch-Bio Ei	2,00€
Avocado	2,50€
Tomaten- oder Rote Beete Feta Hummus	2,50€
Naturjoghurt mit Früchten und Granola	4,50€
Croissant	2,50€
Rührei aus 2 Bio-Eiern	4,50€
Lachstartar	5,00€
Frühstückssaft 0,1	2,00€
<i>Rhabarber, Apfel, Orange, Johannisbeere</i>	
Prosecco 0,1 und Brunch-Cocktails	ab 4,90€


Vegan

Glutenfrei



**Auf Wunsch glutenfreie und vegane Optionen, bitte fragt uns.**

B  
R  
E  
A  
K  
F  
A  
S  
T


**PANCAKES**  möglich **10,40€**

Hausgemachte Bananen-Pancakes wahlweise

- schokoladig mit Nutella und Erdnussmus, hausgemachtem Kirschkompott, Früchten

ODER

- fruchtig mit Vanillequark, hausgemachtem Kirschkompott, Früchten

**FRENCH TOAST**  möglich **10,40€**

Stralsunder Landbrot in Bio-Ei und Milch gebraten wahlweise


- herzhaft mit Serrano Schinken, Kräuterquark, Rucola, Tomate, Spiegelei

ODER

- frisch mit Avocado, Tomaten-Hummus, Rucola, Tomate, Sesam, Joghurt-Minze Dressing


ODER

- süß mit hausgemachtem Apfelkompott, Vanillequark, Früchten, Zimt und Zucker

**RÜHREI**  möglich **9,60€**

Aus 3 Bio-Eier auf geröstetem Toast mit hausgemachter Tomatenbutter, wähle dazu:

- Avocado
- Lachstatar oder
- Landschinken

**OMLETTE**  möglich **9,60€**

Aus 2 Bio-Eier auf geröstetem Toast mit hausgemachter Tomatenbutter, wähle 3 Zutaten:

- Kräuter
- Tomate
- Gemüse
- Landschinken
- Käse

**TOFU RÜHREI**   möglich **9,60€**

Auf geröstetem Toast mit hausgemachter Tomatenbutter und Avocado

**BURRITO**  **9,40€**

Salat, Rotkohl, Reis, Tofu Rührei und wahlweise Tomaten- oder Rote Beete Feta Hummus in der Tortilla gebraten, dazu hausgemachte Erdnusssoße und Joghurt-Minze Dressing

Vegan



Glutenfrei



*Auf Wunsch glutenfreie und vegane Optionen, bitte fragt uns.*

B  
R  
U  
N  
C  
H

**AVOCADOBROT**   möglich **7,40€**


Avocado auf geröstetem Toast mit hausgemachtem Tomatensalat und Feta Crumble, Sesam, dazu hausgemachter Tomaten-Hummus

**RUSTIKALES BROT**  möglich **7,40€**

Wahlweise regionaler Käse oder Landleberwurst mit geröstetem Toast, dazu hausgemachtem Tomatensalat und Feta Crumble, SüdWest Chutney und Tomatenbutter

**ZIEGENFRISCHKÄSE SALAT**  möglich **10,40€**

Ziegenfrischkäse mit Trüffelöl verfeinert, auf knackigem Salat mit Tomaten, Gurke, Walnüssen, rotem Pfeffer, Beeren, dazu gerösteter Toast

**SALAD BOWL**  möglich **12,40€**

Bunter Salat, Rotkohl, Tomaten, Karotten, Gurke, Reis, Avocado, Edamame, gebratener Tofu, getrocknete Feigen, wahlweise hausgemachter Tomaten- oder Rote Beete Feta Hummus, dazu Joghurt-Minze Dressing

**Alle Bowls sind dekoriert mit Früchten, Kokosflocken, Granatapfel und hausgemachtem Granola**

**COCONUT GRANOLA BOWL**  möglich **8,40€**

Wahlweise Molkerei Naturjoghurt oder veganer Kokosjoghurt mit einem Spritzer Agavendicksaft. Extra Topping: Maulbeeren

**MERRY BERRY BOWL**   möglich **9,60€**

Beeren, Banane und Erdnussbutter cremig gemixt. Extra Topping: Gojibeeren

**MANGO TANGO BOWL**   möglich **9,60€**

Mango, Banane, Joghurt cremig gemixt. Extra Topping: Kakaobohnen

**RAW CACAO BOWL**   möglich **9,60€**

Roher Kakao, Banane und Avocado cremig gemixt. Extra Topping: Erdnussmus

**PORRIDGE BOWL**   möglich **8,40€**

Kernige Haferflocken mit Zimt und Leinsamen heiß serviert. Extra Topping: Erdnussmus

Vegan

Glutenfrei 

**Auf Wunsch glutenfreie und vegane Optionen, bitte fragt uns.**

L

U

N

C

H

## HEISSES. Frische Insemilch

MANDEL- ODER HAFERMILCH WÄHLBAR 		
	<i>Klein</i>	<i>Groß</i>
ESPRESSO	2,40€	2,90€
CAFFÈ CRÈME	2,60€	3,10€
KOFFEINFREI	2,60€	3,10€
FLAT WHITE		3,90€
CAPPUCCINO	3,40€	4,20€
CAFFÈ LATTE	3,40€	4,20€
LATTE MACCHIATO		3,90€
RED VELVET LATTE		4,20€
ICED LATTE		4,20€
CHAI LATTE		4,20€
MATCHA LATTE		4,20€
HEIßE SCHOKOLADE		3,50€
WEIßE SCHOKOLADE		3,70€
GEWÜRZSCHOKOLADE		3,90€
TEESORTEN		2,90€
<i>Assam, Darjeeling, English Breakfast, Earl Grey, Sencha, Sencha Mango, Früchtetee</i>		
MINZE, IMKERHONIG		3,40€
INGWER, LIMETTE, KURKUMA		3,40€
ROSMARIN, ZITRONE, IMKERHONIG		3,40€
SÜDWEST KÄUTERTEE		3,40€

*Mischung aus Pfefferminze, Kamille, Fenchel, Anis*

## KALTES.

	0,4l
VITAMINBOMBE	6,40€
<i>Banane, Orangensaft, Minze und Kokoswasser</i>	
GREEN POWER	6,40€
<i>Grünes, Macapulver, Banane, Orange, Apfel</i>	
BEERENSTARK	6,40€
<i>Beeren, Banane, Erdnussmus, Hafermilch</i>	
JOGHURT FRUCHT LASSI	5,40€
<i>Beeren oder Mango</i>	
EISTEE	4,50€
<i>Grüntee Pfirsich oder Melone Minze</i>	
SCHORLEN	3,60€
<i>Johannisbeere, Apfel, Rhabarber</i>	

## BRUNCH COCKTAILS.

APEROL SPRIZZ	6,90€
<i>Aperol, Prosecco, Soda</i>	
PAMPELLE SPRIZZ	6,90€
<i>Grapefruit Aperitif, Prosecco, Soda</i>	
MIMOSA	5,90€
<i>Prosecco, Cointreau, Orangensaft</i>	