



# Bio Bärbel

*Bistro*



**Vital-Kost**  
Gut & Lecker

Lass die Nahrung Deine Medizin  
sein und die Medizin  
Deine Nahrung.

## Gerichte & Snacks

### Veggie Döner (auch zum mitnehmen) <sup>1,2,3,\*</sup>

Tomaten, Gurken, Krautsalat, Sojaschnitzel mit Gyrosgewürz und hausgemachte Tzatziki-Soße im Weizen- Dönerbrötchen

**5,00 €**

### Gyrosteller <sup>1,2,3,\*</sup>

Sojaschnitzel mit Gyrosgewürz, hausgemachte Tzatziki-Soße, Pommes Frites, hausgemachter frischer Salat

**9,90 €**

### Pommes Frites (hausgemachte frischen Kartoffeln)

Ketchup oder Mayonnaise

**3,00 €**  
**0,60 €**

### Pasta „Italiana“

Nudeln mit Sahnesoße, Pinienkerne, getr. Tomaten, Zucchini und Ruccola, Salat

**9,90 €**

### Bratwurst mit Dinkel Brötchen

**3,50 €**

### Currywurst mit Pommes Frites

**6,50 €**

### Großer gemischter Salatteller

Sojaschnitzel, Brötchen & Butter

**9,90 €**

### Gebratenes Gemüse „Kunterbunt“

Pinienkernen, getr. Tomaten, Ingwer mit Kräutersoße, Bio Bärbel Brot

**9,90 €**

### Asia-Suppe „Tausend und eine Nacht“

Dinkel Brot & Butter

klein **4,50 €**  
groß **9,90 €**

### Wochengericht (11. Essen Frei)

**9,90 €**

**Baguette** (Dinkel) mit Camembert, Salat, Remoulade

**3,50 €**

**Baguette** (Dinkel) mit mariniertem gebr. Tofu, Salat, Remoulade

**3,50 €**

**Baguette** (Dinkel) mit Tomate-Mozzarella Remoulade

**3,50 €**

**Baguette** (Dinkel) mit Ei, Salat, Remoulade

**3,50 €**

## Eis Karte

**Eiscafé** (Stracciatella, Himbeer-Vanillie, Kirsche-Vanillie, Schoko-Vanillie, Milchfrei)

**4,50 €**

**Eisbecher** vegan, 6 Kugeln

**6,00 €**

**Eis** vegan

1 Kugel **1,50 €**

**Schlagsahne** vegan

1 Portion **0,60 €**

\* kann Allergene enthalten, <sup>1</sup> Gluten, <sup>2</sup> Soja, <sup>3</sup> Senf



# Bio Bärbel

*Bistro*



**Vital-Kost**  
Gut & Lecker

Lass die Nahrung Deine Medizin  
sein und die Medizin  
Deine Nahrung.

## Frühstück & Brunch

### Kleines Frühstück <sup>1,5,\*</sup>

1 Tasse Café Crème oder Cappuccino, 1 Brötchen (mit Käse, fleischfreiem Aufschnitt, Honig oder Marmelade)

**5,90 €**

### Französisches Frühstück <sup>1,5,\*</sup>

1 Tasse Café Crème oder Cappuccino, 1 Dinkel Croissant, frisch gepresster Orangensaft, Butter, Honig oder Marmelade

**7,90 €**

### Vital Frühstück <sup>1,5,\*</sup>

1 Tasse Café Crème oder Cappuccino, 1 Dinkel Vitalbrötchen, Alsan oder Butter, Müsli, Milch oder Dinkel-Mandelmilch, Honig, Naturjoghurt oder Sojajoghurt, Obstsalat

**9,90 €**

### Freundschaftsfrühstück <sup>1,5,9,\*</sup>

Kaffee Sorte nach Wahl, soviel man möchte, 4 Dinkel-Brötchen, 2 Schwarzbrote, Rührei, vegane Wurst, Käse (auch vegan), Honig, Marmelade, Glas Sekt, Obstsalat

pro Person **9,90 €**

### Ayurvedisches Frühstück <sup>1,5,\*</sup>

Hirsebrei (Hirse, Dinkelmandelmilch, Vanille, Kardamon, Zitronensaft, Kakao, Kurkuma) mit gedünsteten Apfelecken in Apfel-Ingwer-Soße und Nussknusper

**6,50 €**

## À la Carte alles Bioqualität

Brötchen (Weißmehl) <sup>1,*</sup>	1,00 €	Soja-Joghurt <sup>2,*</sup>	1,20 €
Dinkelbrötchen <sup>1,*</sup>	1,30 €	Müsli mit Joghurt und Früchten <sup>1,5,*</sup>	6,50 €
Dinkel-Croissant <sup>1,*</sup>	2,10 €	Müsli mit Milch <sup>1,5,*</sup>	2,20 €
Portion Butter, vegane Butter, Honig, Marmelade	je 0,40 €	Frischer Obststeller	6,50 €
halbes belegtes Brötchen	1,80 €	Portion vegane Chorizio (Salami, Lyoner) je Sorte	2,60 €
weichgekochtes Ei <sup>9,*</sup>	1,10 €	Portion Käse <sup>5,*</sup>	2,60 €
Rührei oder Spiegelei <sup>9,*</sup>	3,90 €	(Comté Gouda, Bergkäse oder vegane Käse)	ab 2,20 €
Joghurt Natur <sup>5,*</sup>	1,20 €	Kuchen und Kleingebäck	ab 2,20 €

\* kann Allergene enthalten, <sup>1</sup> Gluten, <sup>2</sup> Soja, <sup>3</sup> Senf, <sup>4</sup> Erdnüsse, <sup>5</sup> Milch, <sup>6</sup> Schalenfrüchte, <sup>7</sup> Sellerie, <sup>8</sup> Sesam, <sup>9</sup> Ei



# Bio Bärbel

*Bistro*



**Vital-Kost**  
Gut & Lecker

„Tiere sind meine Freunde  
und meine Freunde esse ich nicht!“

## Heißgetränke (auch zum Mitnehmen)

<b>Lupinen Kaffee</b> <sup>10,*</sup> mit Dinkel-Mandelmilch	Pott	<b>3,00 €</b>
<b>Lupinen Cappuccino</b> <sup>10,*</sup> mit Dinkel-Mandelmilch	Pott	<b>3,00 €</b>
<b>Lupinen Espresso</b> <sup>10,*</sup>	Tasse	<b>1,90 €</b>
<b>Café Crème</b> natur bio	Tasse	<b>2,00 €</b>
<b>Cappuccino</b> <sup>5,6,*</sup>	Tasse	<b>2,50 €</b>
<b>Milchcafé</b> <sup>5,6,*</sup>	Pott	<b>3,20 €</b>
<b>Espresso</b>	Tasse	<b>1,90 €</b>
<b>Latte Macchiato</b> <sup>5,*</sup>	Glas	<b>2,50 €</b>
<b>Matcha Latte</b>	Glas	<b>4,50 €</b>
<b>Chai Latte</b> <sup>5,*</sup>	Glas	<b>3,50 €</b>
<b>Heiße Schokolade</b> <sup>5,*</sup> (auch Milchfrei)	Tasse	<b>2,50 €</b>
<b>Heiße weiße Schokolade</b> <sup>5,*</sup>	Tasse	<b>2,50 €</b>
<b>Schlagsahne</b> (auch vegan)	1 Portion	<b>0,60 €</b>
<b>Dinkel-Mandelmilch statt Milch</b>	1 Portion	<b>0,50 €</b>
<b>Alle Heißgetränke auch mit CHAI-SIRUP BLACK SENSE</b>	1 Portion	<b>0,50 €</b>
<b>Tee wahlweise aus vielen Sorten wählbar</b> Die Teebox bekommen Sie an Ihren Tisch.	Tasse	<b>2,20 €</b>

\* kann Allergene enthalten, <sup>5</sup> Milch, <sup>6</sup> Schalenfrüchte, <sup>10</sup> Lupinen,



# Bio Bärbel

*Bistro*



**Vital-Kost**  
Gut & Lecker

„Tiere sind meine Freunde  
und meine Freunde esse ich nicht!“

## Kalte Getränke (ausgezeichnete Bio Qualität)

<b>Bio Zisch Limogetränk</b> Zitrone, Himbeer-Cassis, Blutorange, Ginger Life, Matcha, Rhabarber, Rosenblüte	0,33 l Fl.	<b>2,50 €</b>
<b>Proviand Limogetränke</b> Apfelschorle naturtrüb, Orangenschorle naturtrüb	0,33 l Fl.	<b>2,50 €</b>
<b>Fritz Getränke</b> Mischmasch, Bio Traubensaftschorle	0,33 l Fl.	<b>2,50 €</b>
<b>Säfte</b> Orange, Apfel	0,25 l Fl.	<b>3,00 €</b>
<b>Birkensaft</b> Birkensaft natur	0,33 l Fl.	<b>3,00 €</b>
<b>Wasser Medium</b>	0,33 l Fl. 1,00 l Fl.	<b>2,50 €</b> <b>5,00 €</b>
<b>Wasser Still</b>	0,33 l Fl. 1,00 l Fl.	<b>2,50 €</b> <b>5,00 €</b>

## Smoothies (alle in Rohkost- Bio-Qualität, auch zum Mitnehmen)

<b>Apfel-Verführung</b> Apfel, Chiasamen, Banane, Vanillie, Ingwer, Mandelpüree, Zitrone	klein groß	<b>2,50 €</b> <b>4,50 €</b>
<b>Cherry-Traum</b> Kirschen, Orangen, Datteln, Mandelpüree, Zitrone, Ingwer, Chiasamen	klein groß	<b>2,50 €</b> <b>4,50 €</b>
<b>Erdbeer-Banane in Love</b> Erdbeeren, Datteln, Zitrone, Mandelpüree, Kokospüree,	klein groß	<b>2,50 €</b> <b>4,50 €</b>
<b>Green-Power-Lady</b> Orange, Banane, Chiasamen, Gurke, Minze, Staudensellerie, Zitrone, Ingwer, Wildkräuter (Spinat)	klein groß	<b>2,50 €</b> <b>4,50 €</b>
<b>Möhren Kokosnuss-Sensation</b> Möhren, Kokospüree, Datteln, Banane, Zitrone, Chiasamen, Ingwer	klein groß	<b>2,50 €</b> <b>4,50 €</b>
<b>MaKao</b> Datteln, MaKao superfood, Mandelpüree	klein groß	<b>2,50 €</b> <b>4,50 €</b>



# Bio Bärbel

*Bistro*



**Vital-Kost**  
Gut & Lecker

„Tiere sind meine Freunde  
und meine Freunde esse ich nicht!“

## Alkohohaltige Getränke (ausgezeichnete Bio Qualität)

<b>Heller´s Kölsch</b>	0,5 l Fl.	<b>3,50 €</b>
<b>Heller´s Pilz</b> frisch gezapft	0,5 l Fl.	<b>3,50 €</b>
<b>Heller´s Weizen</b> (auch Alkoholfrei)	0,5 l Fl.	<b>3,50 €</b>
<b>Lammsbräu Radler</b> (mit u. ohne Alkohol)	0,33 l Fl.	<b>2,50 €</b>
<b>Lammsbräu</b> (mit u. ohne Alkohol)	0,33 l Fl.	<b>2,50 €</b>
<b>Lammsbräu</b> (Glutenfrei, mit u. ohne Alkohol)	0,33 l Fl.	<b>2,50 €</b>
<b>Glühwein „Heißer Hirsch“</b> (mit und ohne Alkohol)	0,25 l Glas	<b>2,50 €</b>

### Weine

<b>Rosé Rosario</b> (Spanien, frisch und mündig)	0,2 l Glas 1,00 l Fl.	<b>4,50 €</b> <b>21,00 €</b>
<b>Weißwein Michele</b> (Spanien, frisch und mündig)	0,2 l Glas 1,00 l Fl.	<b>4,50 €</b> <b>21,00 €</b>
<b>Weißwein Manello</b> (Deutschland, trocken)	0,2 l Glas 0,75 l Fl.	<b>4,50 €</b> <b>19,50 €</b>
<b>Rotwein Julian</b> (Spanien, frisch und trocken)	0,2 l Glas 0,75 l Fl.	<b>4,50 €</b> <b>19,50 €</b>
<b>Rotwein Landpartie</b> (halbtrocken)	0,2 l Glas 0,75 l Fl.	<b>4,50 €</b> <b>19,50 €</b>

### Prosecco

<b>Prosecco Javazole</b> Piccolo	0,2 l Glas 0,75 l Fl.	<b>4,50 €</b> <b>21,00 €</b>
----------------------------------	--------------------------	---------------------------------

### Schnäpse

<b>Obstler</b> 40 % Alkohol	0,02 cl	<b>3,00 €</b>
<b>Mirabelle</b> 40 % Alkohol	0,02 cl	<b>3,00 €</b>