

*Fräulein Menke*

# **MENÜ**



*Guter Geschmack beginnt mit besten Zutaten*

**Bei Fräulein Menke setzen wir auf Qualität,  
Nachhaltigkeit und echten Genuss.**

**Ein Großteil unserer Zutaten sind in \*Bio-Qualität,  
denn wir glauben, dass gutes Essen mit den  
besten Produkten beginnt.**

**Frische, saisonale und möglichst regionale  
Zutaten sind die Basis für unsere liebevoll  
zubereiteten Speisen- und Getränke.**

**Starte deinen Tag mit einem köstlichen Frühstück.  
Montag bis Freitag von 09:00 - 12:00 Uhr und  
Samstag und Sonntag von 09:00 - 14:00 Uhr.**

**Genieße dazu unsere ausgewählten Heißgetränke  
oder probiere unser köstliches Eis.**

**Wir freuen uns darauf, dich mit gesunden und  
leckeren Köstlichkeiten zu verwöhnen!**



Fräulein Menke

# FRÜHSTÜCK

MO-FR.

09.00-12.00 UHR

SA-SO

09.00-14.00 UHR

## KLASSISCH

### **Süß € 4,90**

1 Croissant, Butter, Bio-Marmelade  
oder Bio-Honig A, C, G, 6

### **Sag Cheese € 12,90**

Käseplatte mit franz. Weichkäse, Frisch-  
käse mit Kräutern, Bio-Gouda, Bio-  
Emmentaler, Butter, Ei, Nutella, Bio-  
Marmelade oder Bio-Honig dazu Brot-  
und Bio-Brötchenauswahl A, C, G, H, 6

### **Landlust € 13,90**

Schinken (Wacholderschinken, Schwarz-  
wälder Schinken), Edel-Salami,  
Käsevariation, Bio-Ei, Butter, Nutella, Bio-  
Marmelade oder Bio-Honig dazu Brot-  
und Bio-Brötchenauswahl A, C, G, H, 3, 5, 6

### **Deluxe für Zwei p. P. € 19,90**

Schinken (Wacholderschinken,  
Schwarzwälder Schinken), Edel-Salami,  
Käsevariation, Lachs, Bio-Rührei mit  
Tomaten und Schnittlauch, Bio-Ei, Butter,  
Nutella, Bio-Marmelade und Bio-Honig,  
2x Bio-Naturjoghurt mit Obst oder  
Obstsalat dazu Brot- und Bio-Brötchen-  
auswahl, O-Saft oder Prosecco  
A, C, D, G, H, 3, 5, 6, 8

### **French Toast (süß) € 10,90**

mit Bio-Ahornsirup und Bio-Zimt plus  
eine Kugel Eis nach Wahl A, C, G

### **French Toast (herzhaft) € 11,90**

mit Bacon und Käse A, C, G, 3, 5, 8

### **Lachs French Toast € 12,90**

mit Lachs, Sahnemeerrettich und Käse  
A, C, D, G

### **Avocado & Ei Burger € 8,90**

Brioche Brötchen, Bio-Rührei, Tomaten,  
Avocado, Frischkäse auf  
Wildkräutersalat A, C, G

### **Ei Burger mit Bacon € 8,90**

Brioche Brötchen, Bio-Rührei mit BBQ  
Bacon, Frischkäse und Irish Cheddar  
auf Wildkräutersalat A, C, G, 1, 3, 5

### **Ei Burger mit Lachs € 9,90**

Brioche Brötchen, Bio-Rührei mit Lachs,  
Sahnemeerrettich, Bio-Frischkäse auf  
Wildkräutersalat A, C, D, G

## STULLEN

### **Avocadostulle vegan € 11,90**

Sauerteigbrot, Avocado, Hummus,  
Sesam, Wildkräutersalat,  
Granatapfelkerne. Wahlweise mit Bio-  
Spiegel oder Bio-Rührei +3,50 € A, C, K

### **Lachsstulle € 13,90**

Sauerteigbrot, Sahnemeerrettich,  
Avocado, Lachs, Sesam,  
Wildkräutersalat, Granatapfelkerne.  
Wahlweise mit Bio-Spiegel oder Bio-  
Rührei +3,50 € A, C, D, G, K



# Fräulein Menke

# FRÜHSTÜCK

MO-FR.  
09.00-12.00 UHR  
SA-SO  
09.00-14.00 UHR

## BIO-EIER

## INKL. SAUERTEIGBROT

## UND BUTTER A, C

Zwei Bio-Spiegeleier € 5,90

natur

Bio-Rührei natur € 5,90

### Optional mit:

Schnittlauch € 0,80

Tomate € 1,50

Bio-Käse G € 2,40

Bio-Feta G € 2,40

Avocado € 3,50

Bacon 3, 5 € 2,40

Lachs D € 4,00

## EXTRAS

Bio-Butter G € 1,20

Bio-Honig G € 1,80

Bio-Marmelade G € 1,80

Nutella G, H € 2,00

Bio-Ei C € 1,80

Bio-Feta G € 2,40

Bio-Käse G € 2,40

Schinken 1, 3 € 2,40

Salami 1, 3, 5 € 2,40

Avocado € 3,50

Lachs D € 4,00

Hummus K € 3,00

Pistazien Creme G, H € 3,00

Croissant A, G € 2,90

Sauerteig Brot A € 1,20

Bio-Brötchen A € 1,40

Obstsalat € 3,80

Obstsalat mit Bio- € 3,40

Joghurt G

## FRÜHSTÜCKSBOWLS

### VEGAN

✓ Acai Power Bowl\* € 9,90

Banane, Erdbeere, Blaubeere, Acai

Püree, Dattelpüree, Bio-Hafercrunch A

✓ Cinnamon Bowl\* € 9,90

Banane, Blaubeere, glutenfreie

Haferflocken, Kokosjoghurt, Bio-

Hafercrunch, Ahornsirup mit Zimt A, 6

✓ Passionsfrucht Bowl\* € 9,90

Banane, Passionsfrucht, Mango,

Pfirsich, Dattelpüree, Kokosmilch, Bio-

Hafercrunch A

✓ Porridge Klassisch\* € 9,90

Mit Bio-Haferflocken, Bio pflanzlicher

Milch, frischem Obst, Nüssen und Bio-

Agavendicksaft A, H, 6

\*Früchte der Saison.



Fräulein Menke

# MENÜ



## BIO-SMOOTHIES

### VEGAN\*

#### ✓ Tropical Smoothie Bio € 6,90

Kokosnuss, Mango, Ananas,  
Kokosnussmilch, Datteln, Maracuja,  
Acerola

#### ✓ Berry Smoothie Bio € 6,90

Erdbeere, Banane, Heidelbeere,  
Schwarze Johannisbeere, Datteln, Açaí  
Püree, Hanfprotein, Baobab-Frucht

#### ✓ Green Smoothie Bio € 6,90

Apfel, Spinat, Datteln, Brokkoli,  
Banane, Limette, Erbsenprotein,  
Petersilie, Minze

## KALTGETRÄNKE

### ALKOHOLFREI

Frischer gepresster € 3,90  
Orangensaft 0,2l

Wasser laut/leise 0,25l € 2,90

Softgetränke 0,33l € 3,40

Coca Cola 5, 6, 11

Cola Zero 5, 6, 11

Fanta 6

Sprite 6

Mezzo Mix 5, 6, 11

Softgetränke 0,3l € 3,40

Eistee Pfirsich 6

Eistee Zitrone 6

Bio Apfelschorle 6

Bionade diverse Sorten 6 € 3,90

## KALTGETRÄNKE

### ALKOHOLHALTIG

Aperol Spritz 8 € 7,90

Hugo 8 € 7,90

Prosecco 0,1l 8 € 4,90

## WEIN (BERGSTRÄSSER WINZER) 0,2L

Grauburgunder 8 € 6,00

Kabinett trocken 8

Gewürztraminer 8 € 6,00

spätlese lieblich 8

Spätburgunder Rotwein 8 € 6,00

Spätburgunder Rosé 8 € 6,00

## BIER

Tegernseer Hell 0,33l 8 € 3,20

Heineken 0,33l 8 € 3,20



# Fräulein Menke

---

## MENÜ

---



### BIO-KAFFEE-SPEZIALITÄTEN\*

|                                               |        |
|-----------------------------------------------|--------|
| Café Crema                                    | € 3,20 |
| Bio-Latte Macchiato                           | € 4,50 |
| Bio-Iced Latte                                | € 4,50 |
| Cappuccino klein <sub>G</sub>                 | € 3,50 |
| Cappuccino groß <sub>G</sub>                  | € 4,50 |
| Wiener Melange <sub>G</sub>                   | € 3,50 |
| Milchkaffee <sub>G</sub>                      | € 3,90 |
| Flat White <sub>G</sub>                       | € 3,50 |
| Espresso                                      | € 2,30 |
| Doppelter Espresso                            | € 3,50 |
| Cortado <sub>G</sub>                          | € 3,30 |
| Bio-Matcha Latte <sub>G</sub>                 | € 5,90 |
| Bio-Iced Matcha Latte <sub>G</sub>            | € 5,90 |
| Bio-Macchiato mit Karamellsirup <sub>G</sub>  | € 5,90 |
| Bio-Macchiato mit Haselnusssirup <sub>G</sub> | € 5,90 |
| Bio-Macchiato mit Vanillesirup <sub>G</sub>   | € 5,90 |
| Heiße Schokolade Bio klein <sub>G</sub>       | € 5,50 |
| Heiße Schokolade Bio groß <sub>G</sub>        | € 6,50 |

### ENTKOFFEINIERTE KAFFEESPEZIALITÄTEN

|                                                  |        |
|--------------------------------------------------|--------|
| Espresso                                         | € 2,30 |
| Café Crema                                       | € 3,20 |
| Cappuccino klein <sub>G</sub>                    | € 3,50 |
| Latte Macchiato <sub>G</sub>                     | € 4,50 |
| Milchalternativen*:                              | € 0,50 |
| Bio-Laktosefrei, Bio-Sojamilch<br>Bio-Hafermilch |        |

### BIO-TEEAUSWAHL\*

|                             |        |
|-----------------------------|--------|
| Bio-Teeauswahl              | € 3,90 |
| Earl Grey                   |        |
| Darjeeling                  |        |
| Kräuter Bergamotte          |        |
| Kamille                     |        |
| Grüntee Jasmin              |        |
| Früchte (Beerenmischung)    |        |
| Rooibos (Orange)            |        |
| Frischer Minztee            | € 4,50 |
| Frischer Ingwertee          | € 4,50 |
| Frischer Minztee mit Ingwer | € 5,00 |



Fräulein Menke

# LUNCH

## SUPPEN

**Suppen der Woche** € 7,90  
mit Baguette oder Brot

## BURGER

**Hamburger** € 9,50  
Rindfleisch, Salat, Tomaten, Gurken,  
rote Zwiebeln & hausgemachte  
Burgersoße A, C, G, J, K

**Cheeseburger** € 10,50  
Rindfleisch, Salat, Tomaten, Gurken,  
rote Zwiebeln, Irish Cheddar &  
hausgemachte Burgersoße A, C, G, J, K

**Baconcheeseburger** € 11,90  
Rindfleisch, Bacon, Salat, Tomaten,  
Gurken, rote Zwiebeln, Irish Cheddar &  
hausgemachte Burgersoße A, C, G, J, K

**Crispy Chicken Burger** € 10,50  
Crispy Chicken, Salat, Tomaten,  
Gurken, rote Zwiebeln, Irish Cheddar &  
dänische Remoulade A, C, G, J, K

 **Falafelcheeseburger** € 9,90  
Falafel Patty, Irish Cheddar, Salat,  
Tomaten, Gurken, Zwiebeln &  
hausgemachte Burgersoße A, J, K, F, I

 **Pommes** € 4,90  
mit Ketchup & Mayo c, J  
mit Trüffelmayo +1,00 € c, J

 **Süßkartoffelpommes** € 6,90  
mit Ketchup & Mayo c, J

## SALAT BOWLS

 **Klassik** € 11,90  
Wildkräutersalatmischung, Quinoa,  
Edamame, Kichererbsen,  
Avocadocreme, Karotten, Mais, Gurken  
& Tomaten K

 **Orientalisch** € 14,90  
Wildkräutersalatmischung, Quinoa,  
Edamame, Kichererbsen,  
Avocadocreme, Karotten, Mais, Gurken,  
Tomaten & Funky Falafelbällchen (aus  
Roter Beete, Kichererbsen und  
Edamame) A

**Chicken** € 15,90  
Wildkräutersalatmischung, Quinoa,  
Edamame, Kichererbsen,  
Avocadocreme, Karotten, Mais, Gurken,  
Tomaten & Crispy Chicken oder pulled  
Chicken A

**Extra Topping:**  
Bio-Feta € 2,40  
Chicken € 4,00

**Dressings zur Auswahl:**  
Limette - Joghurt G  
Himbeer - Vinaigrette  
Kräuter - Vinaigrette } 

**Kuchen- und Tortenauswahl**  
siehe Vitrine

# *Fräulein Menke*

---

## **ALLERGENE UND ZUSATZSTOFFE**

---

### **ALLERGENE**

A) Glutenhaltiges Getreide B)  
Krebstiere  
C) Eier und Eierzeugnisse  
D) Fische und  
Fischerzeugnisse  
E) Erdnüsse und  
Erdnusserzeugnisse  
F) Soja und Sojaerzeugnisse  
G) Milch und Milchprodukte  
einschl. Laktose  
H) Schalenfrüchte  
I) Sellerie und  
Sellerieerzeugnisse  
J) Senf und Senferzeugnisse  
K) Sesamsamen  
L) Schwefeldioxid und Sulfide

### **ZUSATZSTOFFE**

1) Konservierungsstoff  
2) Antioxidationsmittel  
3) Geschwefelt  
4) Geschmacksverstärker  
5) Farbstoff  
6) Süßstoff / Süßungsmittel  
7) geschwärzt  
8) Nitrit Pökelsalz  
9) Phosphat  
10) gewachst  
11) Lebensmittel aus kontrolliert  
ökol. Anbau