

## BREAKFAST (MO bis SA 10/00 – 14/00 Uhr)

### Sweet

KURKUMA PORRIDGE <sup>1</sup>	4.90
<i>Hafer/ Kokosmilch/ Kurkuma/ Ingwer/ Datteln</i>	
BERRY YOGHURT + GRANOLA <sup>1,2</sup>	4.90
<i>Mix aus roten Beeren/ Minze/ Sojajoghurt/ Cashew-Kokos-Granola</i>	
HOT HAFER PORRIDGE <sup>1</sup>	4.90
<i>Haferflocken/ Apfel/ Zimt/ Rohrohrzucker/ Hafermilch</i>	
CHIA MANGO YOGHURT <sup>2</sup>	4.90
<i>Chiasamen/ Kokosmilch/ Mango</i>	
FRENCH <sup>1</sup>	3.50
<i>Croissant/ Aprikosen-Fruchtmuß</i>	
TRIO-DIP SWEET <sup>1,4</sup>	6.90
<i>Cashew-Kokos-Butter/ Aprikosen-Fruchtmuß/ Schokocreme/ Brotkorb</i>	

### Salty

SMASHED AVO <sup>1,6,7</sup>	5.50
<i>Bagel/ Salat/ Erbsencreme/ Avocado/ schwarzer Sesam/ mit Beilagensalat</i>	
MAGIC MUSHROOM <sup>1,6,7</sup>	5.50
<i>Bagel/ Austernpilze/ getrocknete Tomate/ Rucola/ Paprika/ mit Beilagensalat</i>	
TRIO-DIP SALTY <sup>1,6</sup>	6.90
<i>Aktivkohle-Hummus/ Erbsen-Dip/ Paprika-Dip/ Brotkorb</i>	
MANAS BIG BREAKFAST <sup>1,2,4,6</sup>	12,50
<i>Brotkorb/ Marmelade/ Kräuter-Butter/ Käse/ Frischkäse/ veganer Aufschnitt/ Avocado/ Mango-Chia-Yoghurt/ kleines Stück Kuchen</i>	
MANAS SMALL BREAKFAST <sup>1,2,4,6</sup>	7,90
<i>Brotkorb/ Marmelade/ Kräuter-Butter/ Käse/ Frischkäse/ Obst</i>	

<sup>1</sup> Gluten, <sup>2</sup> Soja, <sup>4</sup> Schalenfrüchte/ Nüsse, <sup>6</sup> Sesam, <sup>7</sup> Senf, <sup>8</sup> Sellerie

## Extras

½ AVOCADO	3.50
CASHEW-KOKOS-BUTTER <sup>4</sup>	2.00
APRIKOSEN-FRUCHTMUß	1.50
PFLAUMEN-FRUCHTMUß	1.50
SCHOKOCREME	2.00
2 SCHEIBEN KÄSE <sup>4</sup>	2.00
KRÄUTERBUTTER <sup>2</sup>	2.00
HUMMUS	2.00
BROTKORB <sup>1</sup>	3.00
CROISSANT <sup>1</sup>	2.30
BAGEL <sup>1</sup>	2.50

## Kaltgepresste Säfte

BEAUTY <i>Karotte/ Rote-Bete/ Apfel</i>	5.90
BETA-CAROTIN <i>Anana/ Limette/ Orange/ Kurkuma/ Karotte/ Ingwer</i>	5.90
DOUBLE DETOX <i>Gurke/ Spinat/ Zitrone/ Apfel/ Ingwer/ Petersilie</i>	5.90
MANGO LASSI <sup>2</sup> <i>Mango/ Sojajoghurt</i>	4.50

<sup>1</sup> Gluten, <sup>2</sup> Soja, <sup>4</sup> Schalenfrüchte/ Nüsse, <sup>6</sup> Sesam, <sup>7</sup> Senf, <sup>8</sup> Sellerie