

Starter

SALAD LOVER	6,7,8	7.90
<i>saisonaler Salat/ Kirschtomaten/ geröstete Kerne/ Balsamico- Dressing</i>		
BEET ROOT SALAD	4,6,7,8	10.90
<i>saisonaler Salat/ Rote Bete/ Zitrone/ Avocado/ geröstete Walnüsse</i>		
LIGHT ME UP SOUP	7,8	5.50
<i>Karotte/ frischer Kurkuma/ Mango</i>		
TRINITY TREATS	6,7,8	7.90
<i>Erbsen-Dip/ Aktivkohle-Hummus/ Paprika-Creme/ Paleo-Cracker</i>		
BLACK HUMMUS	2,6	4.90
<i>Aktivkohle-Hummus/ Brotkorb</i>		

MANA Bowls

STAY GOLD	1,2,4,6,8	7.90/ 10.90
<i>Reis/ schwarzer Sesam/ saisonaler Salat/ Rote Bete/ Curry-Dip Apfel-Karotte/ Bolitos/ Avocado/ Erbsendip</i>		
STAY BALANCED	4,6	8.90/ 12.90
<i>Quinoa-Linsensalat/ Aktivkohle-Hummus/ Kurkuma-Blumenkohl/ Salatherzen Gewürztomate/ Petersilienpesto/ Koriander</i>		
STAY STRONG	1,4,6	8.90/ 12.90
<i>Bulgur-Taboule/ Kohlrabispirelli mit Dattel-Oliven-Tapenade/ gegrillte Aubergine Salat/ Gurkenrelish/ Rote Bete-Kichererbsen</i>		
SWEET POTATOE		10.90
<i>Süßkartoffel/ Erbsen-Dip/ Tomatenwürfel/ Avocado/ saisonaler Salat</i>		

MANA Dinkel-Flammkuchen

CLASSICO ^{1,2,8} 10.90
Sourcreme/ Lauchzwiebeln/ Räuchertofu

CALIFORNIA ^{1,2,8} 12.90
Sourcreme/ Avocado/ Süßkartoffel/ Kirschtomaten/ Rucola

MANA Dinkel-Burger

JACKSON ^{1,2,7} 12.50
Austernpilze/ Paprika-Dip/ Gurke/ rote Zwiebel/ Zucchini

FRIDA ^{1,2,6,7} 12.50
Sesam-Tempeh/ getrocknete Tomate/ Currysauce/ Gurke/ rote Zwiebel

PAUL ^{1,2,7,8} 12.90
100 Gramm Pauls-Patty/ Kräuterbutter/ rote Sauce/ Gurke/ rote Zwiebel

mit Süßkartoffel-Pommes hausgemachter Majo und kleinem Salat

MANA Desserts

MAGIC POPPY MOUSSE ² 4.90
Kokossahne/ Mohn/ Tonkabohne/ Pflaume/ geschlagene Sojasahne

MOUSSE AU LÀ LÀ ² 4.90
Kokossahne/ Bitterschokolade/ Orangenzeste/ geschlagene Sojasahne

CHOCOLATE LOVER ² 5.90
Glutenfreier Brownie/ Vanille-Eiscreme/ Sojasahne

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