

Gemüsecurrys	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Gemüsecurry mit Kurkuma und Ingwer																✓
Rotes Thai-Gemüsecurry mit Cashews								h.4								✓
Blumenkohl-Kartoffel-Curry mit Kichererbsen & Mangold																✓
Gemüse-Mango-Curry																✓
Kartoffel-Erdnuss-Curry Babyspinat & Blumenkohl					✓	✓										✓
Süßkartoffel-Erdnuss-Curry mit Babyspinat & Blumenkohl					✓	✓										✓
Indisches Dal mit Linsen und Bohnen in würziger Masala-Sauce						✓	✓									✓
Malaisches Gemüsecurry										✓						✓
Süßkartoffelcurry mit Kichererbsen & Spinat										✓						✓

Bowls	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Indira Bowl								h.4		✓	✓					✓
Frida Bowl								h.4		✓						✓
Malala Bowl	a.1									✓	✓					✓
Trinh Bowl	a.1		✓		✓	✓					✓				✓	
Aretha Bowl								h.4		✓						
Winter-Wonderland Bowl	a.1, a.4		✓				✓	h.3		✓					✓	
Salate	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Mozzarella & Tomate							✓	h.4							✓	
Grilled Veggie								h.4								✓
Ziegenkäse & Kürbiskern							✓								✓	
Feta & Traube							✓	h.1		✓					✓	
Falafel & Sesam	a.1									✓	✓					✓
Chicken & Avocado							✓									
Chicken & Edamame										✓	✓					
Dressings	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Balsamico-Senf										✓						✓
Kürbiskern							✓									
Pesto-Balsamico								h.4								✓
Wraps	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Chicken-Mango-Wrap	a.1		✓				✓	h.1		✓						
Falafel Wrap	a.1															✓
Flaquette	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Tomate Mozzarella	a.1		✓				✓			✓					✓	
Hähnchen & Curry	a.1		✓				✓			✓						
Sesam-Panini	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan

Grillgemüse-Panino	a.1, a.3							h.4			✓					✓
Serrano & Tomate	a.1, a.3										✓	✓				

Desserts	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Vegane(r) Brownie	a.1															✓
Brownie	a.1		✓			✓									✓	
Vegane(r) Apfelkuchen	a.1							h.2								✓
Mousse au Chocolat – Kuchen	a.1					✓	✓									
Käsekuchen	a.1		✓				✓									

Teigware	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel & Sulfite	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Vollkorn-Rautino mit Saaten	a.1, a.2, a.3															✓
Steinofenbrötchen	a.1															✓
Steinofenbaguette	a.1, a.2, a.3															✓
Steinofenbaguette mit Saaten	a.1, a.2, a.3, a.4										✓					✓
Gassenhauer	a.1, a.2, a.3															✓
Roggenmischbrot	a.1, a.2															✓
Sonnenblumenbrot	a.1, a.2															✓
Glutenfreies Brot						✓				✓			✓			✓
Panini	a.1, a.3										✓					✓
Flaguette	a.1															✓
Wrap	a.1															✓

Frühstück	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel & Sulfite	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Vanilly Sky	a.1, a.3, a.4						✓								✓	
Morning Routine	a.4															✓
Good Start	a.4															✓
Mischbar Frenchside	a.1															✓
Mischbar Countryside	a.1, a.2, a.3,		✓				✓			✓					✓	
Mischbar Vegan	a.1, a.2, a.3,										✓	✓				✓
Mischbar Home	a.1, a.2, a.3,		✓				✓			✓						

Rühr-/ Spiegeleibrot:																
- Natur			✓				✓								✓	
- mit Avocado & Kirschtomaten			✓				✓								✓	
- Feta & Paprika			✓				✓								✓	
Avocadobrot												✓				✓
Chicken-Curry-Brot			✓				✓			✓						
Konfitüre	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel & Sulfite	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Erdbeer-Limette																✓
Aprikose-Mango																✓
Aufstriche & Dips	A = Gluten	B = Krebs	C = Ei	D = Fisch	E = Erdnüsse	F = Soja	G = Lactose	H = Schalenfrüchte	I = Sellerie	J = Senf	K = Sesam	L = Schwefel & Sulfite	M = Lupine	N = Weichtiere	vegetarisch	vegan
Aubergine-Tomate												✓				✓
Linse-Curry																✓
Hummus „Pikant“											✓					✓
Delight „Tomato“							✓								✓	
Paprika-Sonne																✓
Chicken-Curry			✓				✓			✓					✓	
Röstpaprikacreme																✓
Rote-Bete-Hummus										✓						✓
Basilikum-Rucola-Pesto								h.4								✓
Erbesen-Guacamole																✓
Walnuss-Feta-Sauce							✓	h.3							✓	
Basilikum-Creme			✓							✓					✓	