



MELA MENÜ

Frühstück

MO - FR BIS 11 UHR, SA - SO BIS 14 UHR

FRANZÖSISCHES FRÜHSTÜCK

Zwei Croissants, Butter,
hausgemachte Marmelade oder Nutella

KÄSE-PLATTE

Käsevariationen angerichtet auf Salat, Butter,
hausgemachte Marmelade, zwei Brötchen

WURST-PLATTE ^{2,3}

Wurstvariationen (Rind und/oder Geflügel)
angerichtet auf Salat, Butter, hausgemachte
Marmelade, zwei Brötchen

GENUSS-PLATTE ^{2,3}

(geeignet für zwei Personen)

Käse- & Wurstvariationen (Rind und/oder Geflügel),
Butter, hausgemachte Avocado-creme & Marmelade,
Nutella, zwei Mini Granola-Bowls, zwei geräucherte
Lachsscheiben, vier Brötchen, zwei Croissants

MEDITERRANES FRÜHSTÜCK ^{1,4}

(geeignet für zwei Personen)

Zwei herzhaft mit Sesam überzogene Bagel (Simit)
belegt und gegrillt mit Käse & Hausaufstrich,
Käseplatte, Rührei mit Feta & Tomaten,
Olivenschälchen, zwei Brötchen

VEGANE-PLATTE ^{1,4}

Diverse Käsealternativen, Butteralternative,
hausgemachte Avocado-creme & Marmelade,
zwei Brötchen

AVOCADOBROT ^{2,3}

(vegetarisch)

Zwei Scheiben geröstetes Bauernbrot mit
hausgemachter Avocado-creme, Pflücksalat,
Tomaten, Granatapfeldressing, Rührei

Alternative: Lachs anstelle von Rührei

EIERSPEISEN

(mit einem Brötchen)

Rührei natur

Rührei mit Schinken ^{2,3}

Rührei mit Feta

Rührei mediterran mit Feta & Tomaten

EXTRAS

- + Butter
- + hausgemachte Marmelade
- + Nutella
- + Honig
- + Brötchen

- + Hummus
- + Avocado-creme
- + Geräucherter Lachs
- + Mini Granola-Bowl

- + Frisch gepresster
Orangensaft

1: Farbstoff, 2: Konservierungsstoff, 3: Antioxidationsmittel, 4: Geschmacksverstärker, 5: geschwefelt, 6: geschwärzt, 7: gewachst, 8: mit Phosphat, 9: mit Süßungsmitteln oder einer Zuckerart, 10: enthält Phenylalaninquelle, 11: Koffein, 12: Chinin, 13: genetisch verändert



FITNESS-FRÜHSTÜCK

Hausgemachtes Granola (Haferflocken, verschiedene Nüsse, Ahornsirup & MELAs-Geheimzutaten) auf Landjoghurt, Kokosflakes, Agavensirup, frische saisonale Früchte

- + Sojajoghurt
- + glutenfreies Granola

SMOOTHIE-FRÜCHTE BOWL

(vegan)

Smoothie-Bowl aus gefrorenen Früchten, Banane, Chiasamen, Haferflocken, Hafermilch, Toppings

In vier Variationen:

- Beeren
- exotische Früchte
- Mango
- Açaí

OAT-PORRIDGE³

(vegan)

Selbstgemachter Haferbrei mit Hafermilch, Zimt, Erdnussbutter, hausgemachtes Granola, Kokosflakes, Apfelmus, Agavensirup, frische saisonale Früchte

FRISCHE BELGISCHE WAFFELN

Zwei Waffeln mit Puderzucker

- + Apfelmus
- + Nutella
- + Vanilleeis³

PANCAKES

Drei Pancakes aus irischer Buttermilch, Puderzucker, frische saisonale Früchte

- + Ahornsirup
- + Apfelmus
- + Nutella
- + Vanilleeis³

Snacks

FALAFELBURGER^{2,3}

Falafelpatty aus Kichererbsen, Reisflocken, Süßkartoffeln und Zwiebeln im Brötchen, hausgemachte Avocadocreme, Pflücksalat, Tomaten (leicht pikant)

OFENFRISCHER BAGEL ODER KNUSPRIGES BRÖTCHEN

- + mit Käse & Hausaufstrich
- + mit Wurst^{2,3} & Hausaufstrich
- + mit hausgemachter Avocadocreme²
- + mit hausgemachter Avocadocreme & Käse^{2,3}
- + mit Käse, Hausaufstrich & Rührei

FALAFELSALAT

Pflücksalat, Falafelpatty, Tomaten, Gurken, Hausdressing, Brötchen

GEMISCHTER SALAT

Pflücksalat, Tomaten, Gurken, Hausdressing, Brötchen

NUDELSALAT

Pasta, Tomaten, Olivenöl

PASTA

Pasta, hausgemachte Tomatensauce oder grünes Pesto, Parmesan

MANTI

Mini Teigtaschen mit Kartoffelfüllung, Joghurtsauce (auf Wunsch mit Knoblauchjoghurtsauce)