



# Mein Frühstück

Stell dir dein Lieblingsfrühstück selbst zusammen.



Guter Start  
in den  
Tag!

Tisch:

Name:

Datum:



- |                                          |   |      |
|------------------------------------------|---|------|
| <input type="radio"/> Weiches Ei         | C | KCAL |
| <input type="radio"/> Hartes Ei          | C | 90   |
| <input type="radio"/> Spiegelei          | C | 160  |
| <input type="radio"/> Eierspeis - 2 Eier | C | 80   |
| <input type="radio"/> Omelett - 2 Eier   | C | 80   |
|                                          | C | 95   |

\*Jedes weitere Ei €2.00

- |                                           |       |      |
|-------------------------------------------|-------|------|
| <input type="radio"/> Semmel              | A     | KCAL |
| <input type="radio"/> Toasbrot            | A     | 140  |
| <input type="radio"/> Vollkornweckerl     | A     | 120  |
| <input type="radio"/> Kornspitz           | A,N   | 100  |
| <input type="radio"/> Bauernbrot          | A     | 200  |
| <input type="radio"/> Croissant           | A,C,G | 170  |
| <input type="radio"/> Glutenfreies Gebäck |       | 220  |
|                                           |       | 180  |

- |                                    |   |      |
|------------------------------------|---|------|
| <input type="radio"/> Gouda        | G | KCAL |
| <input type="radio"/> Frischkäse   | G | 140  |
| <input type="radio"/> Schinken     | M | 110  |
| <input type="radio"/> Speck        | M | 90   |
| <input type="radio"/> Räucherlachs | D | 90   |
|                                    |   | 130  |

- |                                      |      |
|--------------------------------------|------|
| <input type="radio"/> Schnittlauch   | KCAL |
| <input type="radio"/> Gurke          | 5    |
| <input type="radio"/> Karottensticks | 10   |
| <input type="radio"/> Tomate         | 25   |
| <input type="radio"/> Paprika        | 15   |
| <input type="radio"/> Avocado halb   | 20   |
|                                      | 120  |

- |                                      |     |      |
|--------------------------------------|-----|------|
| <input type="radio"/> Naturjoghurt   | G   | KCAL |
| <input type="radio"/> Knuspermüsli   | A   | 5    |
| <input type="radio"/> mit Milch      | G   | 10   |
| <input type="radio"/> mit Joghurt    | G   | 25   |
| <input type="radio"/> mit Früchten   |     | 15   |
| <input type="radio"/> mit Granola    | A,N | 20   |
| <input type="radio"/> mit Blaubeeren |     | 120  |

- |                                        |   |      |
|----------------------------------------|---|------|
| <input type="radio"/> Espresso         |   | KCAL |
| <input type="radio"/> Verlängerter     |   | 100  |
| <input type="radio"/> Cappuccino       | G | 200  |
| <input type="radio"/> Caffee Latte     | G | 280  |
| <input type="radio"/> Tee              |   | 220  |
| <input type="radio"/> Heiße Schokolade | G | 50   |
| <input type="radio"/> Milch 0,2l       |   | 200  |
|                                        |   | 30   |
|                                        |   | 130  |



- |                                    |   |      |
|------------------------------------|---|------|
| <input type="radio"/> Zwiebel      | M | KCAL |
| <input type="radio"/> Schnittlauch | M | 60   |
| <input type="radio"/> Tomaten      | G | 80   |
| <input type="radio"/> Paprika      |   | 90   |
| <input type="radio"/> Schinken     |   | 20   |
| <input type="radio"/> Speck        |   | 15   |
| <input type="radio"/> Käse         |   | 5    |



- |                                           |       |    |
|-------------------------------------------|-------|----|
| <input type="radio"/> Butter              | KCAL  |    |
| <input type="radio"/> Heidelbeermarmelade | 60    |    |
| <input type="radio"/> Marillenmarmelade   | 145   |    |
| <input type="radio"/> Himbeermarmelade    | 60    |    |
| <input type="radio"/> Erdbeermarmelade    | 60    |    |
| <input type="radio"/> Kirschmarmelade     | 60    |    |
| <input type="radio"/> Kräuterfrischkäse   | 60    |    |
| <input type="radio"/> Leberaufstrich      | F,G,H | 60 |
| <input type="radio"/> Honig               |       | 80 |
| <input type="radio"/> Nutella             |       | 80 |
|                                           |       | 90 |



Genieße ein reichhaltiges  
Frühstück mit allem, was dazugehört!

- |                                 |                                    |
|---------------------------------|------------------------------------|
| ♥ 2 Glas Sekt                   | ♥ Butter, Marmelade und            |
| ♥ 2 Heißgetränke nach Wahl      | ♥ Aufstrich                        |
| ♥ 4 Gebäck                      | ♥ Naturjoghurt mit Granola/Früchte |
| ♥ Auswahl von Schinken und Käse | ♥ frisches Obst und                |
| ♥ 2 weiche Eier                 | ♥ knackiges Gemüse                 |
|                                 | ♥ GRAPOS Frühstücksgetränke frei   |

für 2 Personen  
€ 39,90.-



- |                                   |      |
|-----------------------------------|------|
| <input type="radio"/> Apfel       | KCAL |
| <input type="radio"/> Banane      | 105  |
| <input type="radio"/> Weintrauben | 105  |
|                                   | 70   |



- |                                 |      |      |
|---------------------------------|------|------|
| <input type="radio"/> Apfel     | L    | KCAL |
| <input type="radio"/> Karotte   | 0,2L | 120  |
| <input type="radio"/> Orange    | 0,2L | 120  |
| <input type="radio"/> Rote Rübe | 0,2L | 130  |
|                                 | 0,2L | 120  |



- |                                               |   |      |
|-----------------------------------------------|---|------|
| <input type="radio"/> Hafermilch              | A | KCAL |
| <input type="radio"/> Hafermilch 0,2l         | A | 105  |
| <input type="radio"/> Laktosefreie Milch      | G | 70   |
| <input type="radio"/> Laktosefreie Milch 0,2l | G | 30   |
|                                               |   | 30   |
|                                               |   | 30   |



- |                                          |      |      |
|------------------------------------------|------|------|
| <input type="radio"/> 1/4 Wasser Zitrone | L    | KCAL |
| <input type="radio"/> 1/4 Soda Zitrone   | 0,2L | 120  |
| <input type="radio"/> 1/2 Wasser Zitrone | 0,2L | 120  |
| <input type="radio"/> 1/2 Soda Zitrone   | 0,2L | 130  |
|                                          | 0,2L | 120  |



Informationen zu Allergenen erhältst du  
gerne bei unseren Mitarbeitern.

A = Gluten, G = Ei, D = Fisch, G = Milch/Laktose  
H = Schalenfrüchte, M = Senf, N = Sesam, F=Soja

Pro Frühstück ab Bestellwert € 5 sind die Frühstücksgetränke der GRAPOS-Anlage frei zur Entnahme!