

## Hausgemachte Bowls & Kraftbrühen CHF

Randen-Hummus - Cold Bowl	16.90
Randen, Hummus, Avocado, Orangen, Rucola, Karotten, Granola, Limette	
Tofu-Bowl - Cold Bowl	16.90
Reis, Tofu, Ananas, Gurken, Karotten, Edamame, Avocado, Radieschen, Limette	
Quinoa-Feta-Oliven - Cold Bowl	16.90
Quinoa, Peperoni, Gurken, Oliven, Feta, Rucola, Tomaten, Frühlingszwiebeln	
Minestrone-Kraftbrühe - Soup Bowl	14.50
Kraftbrühe (Rind / Gemüse), Teigwaren, Tomaten, Gemüse, Pesto, Frühlingszwiebeln	
Rinds- oder Gemüsekraftbrühe	7.00

## Salate

Kleiner gemischter Salat	5.90
Caesar Salat mit Poulet, Eier, Parmesan & Speck	17.90

## Sandwiches

Sandwich «Malzbrötli Mediterran» mit Hummus, Pesto, Gemüse & Rucola	7.90
Sandwich «Crustino» mit Tomate, Mozzarella, Basilikum, Cocktailsauce	7.90
Sandwich «Knusperspitz Hobelfleisch» mit Hobelfleisch & Radiesli-Frischkäse	8.90
Sandwich «Malzbrötli» mit Hüttenkäse, Schnittlauch, Ei & Rucola	7.90
Mehrkornbrötli mit Sarganserländer Bergkäse, Radieschen, Gurke	5.80

## Quiches & Empanadas

Hausgemachtes Chäschüechli	6.50
Hausgemachte Quiche mit Grillgemüse & Feta	6.50
Hausgemachte Quiche mit Zucchetti & Feta	6.50
Spicy Beef Empanada	5.50
Vegi Empanada	5.50

## Snacks

Apéro-Platte (Hummus, Oliven, Salsiz & Käse)	14.90
Apéro-Platte mit 2 dl Fläscher Riesling Sylvaner Kunz	24.90
Hummus	3.90
Marinierte Oliven	3.90
Bündner Salsiz	4.90
Sarganserländer Bergkäse	4.90

## Birchermüesli & Joghurt

Nature-Joghurt* mit Cranberry-Granola	6.50
Birchermüesli* aus Apfel, Quinoa und Karotte mit Früchten	7.50
Saisonaler Fruchtsalat	7.50
*laktosefrei	

## Süsses zum Dessert

Hefeteig-Nussgipfel / Blätterteig-Mandelgipfel	3.50
Bündner Nusstorte Stück	4.90
Kokosmakrönli/Spitzbube / Vogelnestli	3.00

## Alkoholfreie Getränke

	Menge	CHF
Mineralwasser / Süssgetränk	0.5 l	4.50
Hausgemachter Eistee	0.5 l	4.50
Therme-Wasser Zitrone-Ingwer	0.5 l	4.50
Therme-Wasser Gurke-Minze	0.5 l	4.50
Kokosnusswasser	0.33 l	4.50

## Warme Getränke

Kaffee Crème / Espresso		4.20
Schale		4.50
Doppelter Espresso		4.80
Cappuccino		4.90
Latte Macchiato		5.50
Ovo / Schoggi		4.50
Focusana Tee		4.50

## Biere & Wein

Schützengarten Edelspez	0.33 l	4.50
Schützengarten Alkoholfrei	0.33 l	4.50
Sonnenbräu Panaché	0.33 l	4.50
Paulaner Weissbier naturtrüb	0.5 l	6.50
Paulaner Weissbier alkoholfrei	0.5 l	6.50
Fläscher Riesling x Sylvaner Kunz	0.1 l	5.50

## Aperitifs

Gingerbeer (alkoholfrei)	0.2 l	4.50
Prosecco	0.1 l	7.50
Hugo	0.25 l	9.50
Aperol	0.25 l	9.50
Lillet	0.40 l	9.50

## Smoothies & Säfte

Smoothie «Fruity»	0.33 l	6.50
Smoothie «Special»	0.33 l	6.50
Smoothie «Green Detox»	0.33 l	6.50
Frischer Orangensaft	0.25 l	6.50
Zizersaft	0.25 l	3.50
Zizersaft	0.5 l	7.00
(Verschiedene Geschmacksrichtungen)		

## YUMA-Molke & Lassi

YUMA-Molke Erdbeer-Himbeere	0.25 l	4.50
YUMA-Molke Banane-Mango	0.25 l	4.50
Lassi Mango (zucker- & laktosefrei)	0.25 l	6.00

## Aufgüsse

Frische Kräuter werden mit heissem Wasser aufgegossen

Pfefferminz-Sternanis-Limette		4.50
Salbei-Orange-Ingwer		4.50
Zitronengras-Thymian		4.50