



Lindner`s im  
**Herzwerk**  
Essen · Trinken · Genießen

... hunger


## Frühstückskarte


Eierspeisen von 100% Bio - Eiern aus Freilandhaltung 

2 Bio - Eier zubereitet nach Wunsch 	4,90 €
als Rühr- oder Spiegelei mit Kernlbrot und Butter <small>A, E, J</small>	
mit Gran Biscotto Schinken <small>S</small>	+1,00 €
mit Grana Padano und Tomatenwürfel <small>J</small>	+1,20 €
mit Grillgemüse <small>N</small>  	+1,50 €
mit San Daniele Schinken <small>S</small>	+1,50 €
mit Räucherlachs <small>F</small>	+1,50 €

## Gebäck

Croissant natur <small>A</small> 	1,80 €
Croissant mit Marmelade und Biobutter <small>A, J</small> 	3,00 €
Hausgemachter Kuchen pro Stück <small>A, E, J</small> 	3,20 €
aus unserer Vitrine	

 = Bioprodukt.

 = Vegetarisch.

 = vegan.

 = laktosefrei


Alle Preise in Euro inkl. gesetzl. MwSt.

Bei Fragen zur allergenen Kennzeichnung unserer Speisen wenden Sie sich bitte an unseren Service

## Obst | Joghurt | Müsli

Frisch geschnittener Obstsalat	 	4,50 €
mit Bio Vollmilchnaturjoghurt	 	+0,60 €
mit Bio Sojajoghurt	   	+1,00 €

## Selbstgemachtes PowerGranola

mit frischen Früchten		5,50 €
geröstetes Müsli, wahlweise mit Biomilch oder Biojoghurt	<small>E, D, J</small>	

## Selbstgemachter Chiapudding

mit Mangopüree und Kokos	  	5,50 €
angesetzt mit Sojamilch	<small>I</small>	

Omega 3 Power Quark		4,90 €
Magerquark, Leinsamen, Orangensaft, Agavendicksaft, Fruchtpüree	<small>J</small>	

Birchermüsli		4,90 €
Haferflocken, Biojoghurt, Apfel, Karotten, Datteln, Mandeln	<small>A, J</small>	


 = Bioprodukt,  = Vegetarisch,  = vegan,  = laktosefrei

Alle Preise in Euro inkl. gesetzl. MwSt.


Bei Fragen zur allergenen Kennzeichnung unserer Speisen wenden Sie sich bitte an unseren Service

## Warme Brote

### Focaccia <sup>A</sup>

- mit mediterranem Gemüse, Hummus, getrockneten Tomaten, Feta <sup>E, J</sup>  5,80 €  
mit Salami, Pesto, getrockneten Tomaten, Grana Padano <sup>S, E, J</sup> 5,80 €

### Piädina <sup>A</sup>

- mit San Daniele Schinken, Büffelmozzarella, getrocknete Tomaten <sup>S, J</sup>  4,80 €  
mit scharfer Salami, Oliven, getrocknete Tomaten, Grana Padano <sup>S, J</sup> 4,80 €

### Toast <sup>A</sup>

- mit Schinken und Käse <sup>S, J</sup> 3,80 €

## Belegte Brote

### geröstetes Vollkornbrot <sup>A</sup>

- mit Avocado, Apfel, Rucola, Pinienkerne, Kürbiskernöl und Meersalz <sup>E</sup>   5,50 €  
mit Büffelmozzarella, Meersalz, Olivenöl und Basilikum <sup>J</sup>  5,50 €



= Bioprodukt.



= Vegetarisch.



= vegan.



= laktosefrei

Alle Preise in Euro inkl. gesetzl. MwSt.

Bei Fragen zur allergenen Kennzeichnung unserer Speisen wenden Sie sich bitte an unseren Service



## Super Power Bowls

**Veggi Buddha Bowl**   8,90 €

Gegrilltes Gemüse (Süßkartoffel, Aubergine, Paprika, Zucchini, Zwiebeln, Karotten), Edamame, Walnüsse, Rote Bete, Quinoa, Vollkornreis, Basilikum, Soja-Sesam-Sauce EH

**Veggi Tel Aviv Bowl**   8,90 €

Perlgraupen, Edamame, Gemüse, getrocknete Tomaten, Gurken, Artischocken, Kichererbsen, Hummus, Feigen, Datteln, Cumin - Sojajoghurt - Sauce EI

**Veggi Bangkok Bowl**   8,90 €

Glasnudeln, Lauchzwiebeln, Paprika, Karotten, Zitronengras, Edamame, Chili, Koriander, Ingwer, Shiitake, Erdnüsse, Mungobohnen, Chili - Limetten - Sauce EO

### Pimp your Bowl

gebackene Falafel A  3 Stück +3,00 €

gebratene Garnelen B 3 Stück +4,50 €

gebratene Bio Hähnchenbrust C +3,80 €

kleiner gemischter, bunter Salat (passend zur Jahreszeit)

im Lindner's Herzwirk Hausdressing JE  4,50 €

 = Bioprodukt.

 = Vegetarisch.


 = vegan.

 = laktosefrei

Alle Preise in Euro inkl. gesetzl. MwSt.

Bei Fragen zur allergenen Kennzeichnung unserer Speisen wenden Sie sich bitte an unseren Service

## Zwischendurch

**Unsere drei fürs Brot**   **5,50 €**  
selbstgemachter Hummus, Avocado-creme und Tomatenpesto  
mit Kerndlbrotkorb E.A.

**Orientalischer Burrito**   **6,90 €**  
Bulgur-Gemüsefüllung, Nüsse und Roter Bete  
mit Minze-Sojajoghurt-Dip E.A.I.

**Mog'ndratzerbrett (zum Wein, aber auch zum Bier)** **10,50 €**  
Variation aus Schinken, Salami, Käse, gegrilltem Gemüse, eingelegten Oliven,  
vegetarische Pflanzler, Dips, Butter und Brotkorb S.G.I.E.A.I.

## Suppe

**Lindner's Kokos - Zitronengras Süsschen**   **5,90 €**  
mit frischem Marktgemüse, Galgant, Kaffir und Koriander

**Rote Linsen - Suppe**   **5,50 €**  
mit Kreuzkümmel, Minze und Sojajoghurt



= Bioprodukt.



= Vegetarisch.



= vegan.



= laktosefrei

Alle Preise in Euro inkl. gesetzl. MwSt.

Bei Fragen zur allergenen Kennzeichnung unserer Speisen wenden Sie sich bitte an unseren Service

## Hauptgerichte

Vegetarisches Thai Curry mit Dal, Limette, Kokos, Mohn

und Gewürzduftreis



7,90 €

### Pimp your Curry

gebratene Garnelen 3 Stück

+4,50 €

gebratene Bio Hähnchenbrust

+3,80 €

gebratene Lachswürfel

+4,00 €

Reginette alla puttanesca

A, N



7,90 €

mit sonnengetrockneten Tomaten, taggiasche Oliven, Kapern, Chili, Basilikum, Oregano, Hefeflocken

Bayrischer Bio Kalbstafelspitz

R

16,90 €

sous vide gegart und rosa gebraten mit karamellisiertem Wurzelgemüse, Selleriecreme und Kartoffelbaumkuchen

A, C, I, N

„Poulet au Riesling“

14,50 €

Geschmorte Bio Freilandhähnchenkeulen in Rieslingsahnesoße mit Champignons, Ratatouille und Gewürzcouscous

S, E, N



= Bioprodukt.



= Vegetarisch.



= vegan.




= laktosefrei

Alle Preise in Euro inkl. gesetzl. MwSt.



Bei Fragen zur allergenen Kennzeichnung unserer Speisen wenden Sie sich bitte an unseren Service

## Süßes

Hausgemachter Kuchen pro Stück A, E, J 



aus unserer Vitrine

3,20 €

Mango - Kokosmilchreis  

mit frischer Minze

3,50 €

Chia Pudding  

mit frischer Minze und Zitrusfrüchten

3,50 €

Powerballs  

je Stück

1,50 €

Hafer - Survival - Balls


Haferflocken, Aprikosen, Kokos A, F


Pistazientruffel Balls

Pistazien, Cornflakes, Cashewmus A, F

Energy Balls

Rosinen, Sonnenblumenkerne, Hirse, Kokos A, E

 = Bioprodukt.

 = Vegetarisch.

 = vegan.

 = Laktosefrei

Alle Preise in Euro inkl. gesetzl. MwSt.

Bei Fragen zur allergenen Kennzeichnung unserer Speisen wenden Sie sich bitte an unseren Service



## **Sie wollen bei uns Ihr Event feiern?**

**Dann sprechen Sie uns an, wir sind Ihnen gerne dabei  
behilflich**

### **Allergene**

**A = Glutenhaltiges Getreide (oder Hybridstämme davon)**

**B = Krebstiere**

**C = Eier und Eierzeugnisse**

**D = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse**

**E = Schalenfrüchte (Nüsse)**

**H = Sesamsamen und Sesamenerzeugnisse**

**I = Soja und Sojaerzeugnisse**

**J = Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose)**

**K = Senf und Senferzeugnisse**

**L = Weichtiere**

**M = Lupinen und Lupinenerzeugnisse**

**N = Sellerie und Sellerieerzeugnisse**

**S = enthält Schweinefleisch**


**R = enthält Rindfleisch**

**G = enthält Geflügel**

**F = Fisch und Fischerzeugnisse**



Lindner's im Herzwerk  
Kirchenstr. 90 | 81675 München  
Tel.: 089 - 44489314  
E.mail: [info@lindners-herzwerk.com](mailto:info@lindners-herzwerk.com)  
web: [www.lindners-herzwerk.com](http://www.lindners-herzwerk.com)

 Lindners im Herzwerk