




FRISCH FÜR DICH GEMACHT...
DEINE EIGENE KREATION

RÜHREI <i>2 Bio Eier</i>		POCHIERTES EI <i>2 Bio Eier</i>	SALAT <i>Salatmix</i>	je 3.9
GEMÜSE	<i>kalt</i>	Gurke Rote Bete Tomate		je 1.5
	<i>warm</i>	Avocado getrocknete Tomate		je 2.5
		Brokkoli Pilze Tahini Blumenkohl		je 2.5
PROTEINE	<i>kalt</i>	Feta Gruyère Räucherlachs (3.9)		je 3.5
	<i>warm</i>	weiteres Ei (1.5) Ziegenkäse gegrillt (4.9)		
 KOHLLENHYDRATE		Dinkel Hirse Süßkartoffelgnocchi extra Brot Quinoa		je 2.5
AUFSTRICHE		getrocknete Tomate Basilikum Frischkäse Meerrettich - Limetten Joghurt Süßkartoffel - Linsen Curry 		je 3.0
 DRESSING		Balsamico hell Balsamico dunkel Cashew Senf		1 gratis

alle Kreationen kommen mit Brot & Butter

FRISCH FÜR DICH GEMACHT...

FRÜHSTÜCK

SWEETS

 **BIRCHER MÜSLI**  5.9
*mit Mandeldrink, gerösteten Haselnüssen, frischem
Apfel, Granatapfelkerne, Cranberries, Holunder*

 **CHIA PUDDING**  5.9
mit Kokosmilch, Kokosflocken, Mango und Früchten

 **"FECHTNER" MÜSLI** 6.5
*hausgemachtes Granola auf Joghurt, dazu saisonale
Früchte, mit Zimt und Nüssen verfeinert*

STULLE

klein | groß

AVOCADO  3.9 | 6.9
*Stulle mit Salat, Süßkartoffel - Linsen Aufstrich,
Avocado, Gurke & Kresse*

ZIEGE 3.9 | 6.9
*Stulle mit Tomaten - Frischkäse, Rucola, Ziegenkäse,
getrockneten Tomaten & Walnüssen*

LACHS 4.2 | 7.5
*Stulle mit Frischkäse, geräuchertem Lachs, Limetten
Meerrettich Dip, Gurke & Kresse*

FRISCH FÜR DICH GEMACHT...
MITTAGSZEIT IM FECHTNER

SÜSSE ZIEGE

8.9

*saisonaler Salat mit karamellisiertem Ziegenkäse,
Apfel, Avocado, Walnüssen, Dinkel*

GEMÜSE SPÄTZLE

8.9

*Rote Bete Spätzle mit Babyspinat, Tomaten & Feta,
dazu Pinienkerne*



ROTES WUNDER

8.9

*saisonaler Salat mit Rote Bete, Avocado, Feta,
Granatapfel, Pistazien, Hirse*

VEGANE PESTO GNOCCHI



9.9

*Süßkartoffelgnocchi in Bärlauchpesto, mit Brokkoli &
Pistazien*



WINTERQUINOA



7.5

*Quinoa mit Avocado, Pilzen, Haselnüsse, Blaubeeren,
Thymian*

FORESTER

9.5

*zwei pochierte Bio Eier auf englischem Muffin mit
gegrillten Pilzen, Pesto, Sauce Hollandaise*



VEGANE ZUCCHINI NUDELN



8.9

*in einer hausgemachten Cashew - Senf Soße, mit
frischen und getrockneten Tomaten*

ROYAL

11.9

*zwei pochierte Bio Eier auf englischem Muffin mit
Avocado, Räucherlachs, Pesto, Sauce Hollandaise*

FRISCH FÜR DICH GEMACHT...

GETRÄNKE

SÄFTE 0,3l 

INGWER SHOT 4cl

Ingwer, Apfel, Zitrone, Kurkuma

2.0

ORANGENSAFT

frischgepresst

3.9

ANTI INFLAMMATION

Fenchel, Apfel, Zitrone, Ingwer, Kurkuma, Gurke, Spinat

4.9

VITAMIN BOOST

Rote Bete, Karotte, Apfel, Ingwer, Zitrone, Zimt

4.9

SMOOTHIES 0,4l 

ROT

Rote Bete, Avocado, Apfel, Zitrone, Mandeldrink, Mandeln

5.9

GELB

Mango, Banane, Kurkuma, Ingwer, Apfel, Zimt, Kokosmilch

5.9

GRÜN

Avocado, Spinat, Banane, Matcha, Cashews, Zitrone, Kokosmilch

5.9

LILA

Blaubeeren, Granatapfel, Banane, Chia, Kokosmilch

5.9

Gerne mixen wir für dich deinen Lieblingssaft oder Smoothie

FRISCH FÜR DICH GEMACHT...

GETRÄNKE

KAFFEE

ESPRESSO <i>einfach oder doppelt</i>	1.9/ 2.6
AMERICANO	2.8
FILTERKAFFEE	2.8
FLAT WHITE	3.2
CAPPUCCINO	2.8
LATTE / MACCHIATO	3.4
FECHTNER <i>Latte mit Zimt und Schokolade</i>	3.8

HEISSE GETRÄNKE

TEE "Trink Meer Tee"	2.9
<i>Schwarz, Kräuter, Grün, Früchte</i>	
FRISCHER TEE	3.4
<i>wahlweise Minze, Ingwer, Zitrone oder Orange</i>	
HEISSE SCHOKOLADE	3.4
MATCHA LATTE	3.9
CHAI LATTE <i>hausgemacht</i>	3.9

alle unsere Getränke gibt es auch mit laktosefreier Milch, Soja-, Hafer- oder Mandeldrink + 0.3

SPECIALS

FECHTNER EISTEE	3.9
<i>Lavendel, Zitrone, Schwarztee & Pfirsichsaft</i>	
ERDNUSS SCHOKOLADE	4.5
<i>heiße Schokolade mit Erdnussbutter</i>	
FRAPPE	4.9
<i>Kaffee, Schoko oder Vanille uvm.</i>	

SOFTDRINKS

WASSER VÖSLAUER	2.5
SCHORLE HAUSGEMACHT	3.3
<i>je nach aktuellem Saftangebot</i>	
PROVIANT BERLIN	3.1
<i>verschiedene Sorten Cola, Limo, Schorle oder Eistee</i>	

Noch Wünsche offen?...entkoffeiniert oder Eiskaffee? Frag einfach unser Personal!