



3 Sorten Sauerkrautsalate

erstmalig mit lebendigen Milchsäurekulturen,
Vitaminen und Gewürzen (warm oder kalt)

- Mit Ingwer (Typ 1)
- Rotkraut mit Limone (Typ 2)
- Scharf mit Jalapenos (Typ 3)

Kleine Portion mit Vollkornbrot	4,90 €
Kleine Portion mit Frankfurter oder Debreziner	6,80 €
Salatteller mit 3 Sorten und Vollkornbrot	7,80 €

Glas marinierte Riesenkaper in Olivenöl

mit Vollkornbrot 5.80 €

Getränke

Zur Information:

TAO-Sirup aus Topinambur = Süße ohne Zucker (70 % weniger Kalorien),
verdauungsfördernd, auch für Diabetiker geeignet

TAO-Limonade mit Zitronensaft 0,5 l 3,90 €

Gesunder Radler 0,5 l 3,90 €
Halb Pils, halb Limonade

Kir Blanc 3,50 €
1/8 trockener BIO Weißwein mit TAO-Sirup

Kir Royal free from 6,90 €
Histamin freier Sekt mit TAO-Sirup

Durchblick 6.90 €
2cl schott. Whisky, 2 cl Gin, 1 Drittel Wasser
oder Mineral, 2 EL TAO-Sirup

Gurkenmus Smoothie 0,2 l 4,80 €
Besonders empfohlen für Typ 2

Paprika Smoothie 0,2 l 4,80 €
Besonders empfohlen für Typ 3

Genieße Dich gesund!

Slunch-Karte und Getränke
Snack oder Lunch = Slunch Genuss
mit Empfehlungen für Ihren Typus

Guten Appetit wünschen
Franziska Wachter, die Teams Fliegender Holländer
und EcoWellness

Cafe Fliegender Holländer
Hollandstraße 8 – 1020 Wien
Tel.: 216 53 45 – 0676/3341626

Information:

EcoWellness Büro Wien – Tel. 0681-20228088 – www.ecowellness.eu

Der EcoWellness Standard fordert grundsätzlich eine Reduzierung von Allergenen
und Nahrungsmittelnunverträglichkeiten. Geringe Mengen von mögl. Allergenen
befinden sich in der veganen Variante von Chili sin Carne durch Soja.

Wirksame Inhaltsstoffe und Kalorienberechnung erhalten Sie auf Verlangen.