



KONDITOREI - CAFE - FRONHE

CAFE

FRÜHSTÜCK

Für unsere kleinen Gäste

6,50

Belegtes Brötchen „Ich weiß nicht“, liebevoll belegt mit Wurst, Käse, Marmelade oder Nutella, dazu einen Kakao oder warme Milch

Laugenkissen mit Sesam

5,90

Butter, Honig oder Nutella

Für den kleinen Hunger

5,90

Ein belegtes Brötchen (Bio-Kartoffelbrötchen) mit Wurst oder Käse

Marktfrühstück

14,90

Ein Bio-Kartoffelbrötchen und ein Sportweckerl, Wurst, Käse, Marmelade & ein gekochtes Ei, 0,1l Multivitaminsaft & einem Pott Kaffee

- Kaffeespezialitäten + 1 €

Käseliebe

15,90

Sechs verschiedene Käsevariationen, ein Bio-Kartoffelbrötchen und ein Sportweckerl, Tomate-Mozzarella, ein gekochtes Soester Wiesen-Ei, Preiselbeer-Marmelade und ein Multivitaminsaft 0,1l

Fitnessfrühstück

14,80

Sportweckerl mit hausgemachter Guacamole, Tomaten und zwei Spiegeleiern. Dazu Joghurt mit Müsli & frischem Obst, Honig. Einen 0,1l Multivitaminsaft (Statt Guacamole auch als Strammer-Max mit Seranoschinken)

FRÜHSTÜCK

Unser Pfauenfrühstück

44,80

Vier gemischte Brötchen (zwei Bio-Kartoffelbrötchen, zwei Sportweckerl für einen **22,80**

& zwei Laugenkissen mit Sesam. (Nachservice inklusive).

Verschiedene Käsesorten, Wurst, Schinken, Lachs, Rührei, Tomate-Mozzarella & Joghurt mit Müsli, frischem Obst & Honig, Marmelade, Frischkäse, Nutella, Butter 0,1l Multivitaminensaft, ein Sekt 0,1l Pinot Noir Rose & Kaffee, soviel das Herz begehrt. (Alternativ Tee) oder vier Kaffeespezialitäten

Ei Benedict

Pochiertes Ei & Sauce Hollandaise, wahlweise mit:

- Kochschinken
- Geräucherter Lachs
- Avocado

**SOESTER
WIESEN
EIER**

14,90

15,90

15,90

Ei im Glas (Eine Café Fromme Spezialität)

4,50

Weich gekochtes Ei mit einem halben Brötchen mit Butter

Pancakes (mit frischen Früchten)

9,50

Natur, Puderzucker oder mit Nutella

Joghurt mit Müsli

5,80

FrISChe Früchte, Chiasamen und Honig

FRÜHSTÜCK

Große Portion Rührei (ohne Brötchen)

• Natur	5,80
• Eingelegte Tomaten	7,00
• Serano Schinken	7,00
• Fetakäse	7,00
• Zwiebeln & Speck	7,00
• Lachs	8,10

Extras

Portion Butter	0,50
Portion Marmelade	0,50
Portion Nutella	0,50
Portion Honig	0,50
Portion Guacamole	2,00
Soester Wiesenei	1,10
Portion Lachs	3,50
Portion Tomate-Mozzarella	2,80
Ein Brötchen, wahlweise Sportweckerl oder Bio-Kartoffelbrötchen	2,00

Sie benötigen noch etwas zum Anstoßen?

Rosé Sekt Pinot Noir 0,1l	4,60
Rosé Sekt Pinot Noir auf Eis 0,2l	8,80
Secco 0,2l Philipp Brummund	7,20
Belini 0,2 auf Eis	8,90

Pfauenspritz

Secco mit Pfauengold (mit Zimt Cadamon und Glitzer)	8,80
---	------

BOWLS

ACAI BOWL

14,40

Banane | Erdbeere | Blaubeere | Acaipüree | Dattelpüree

PASSIONFRUIT BOWL

14,50

Banane | Passionsfrucht | Mango | Pfirsich | Dattelpüree | Kokosmilch

CINNAMON BOWL

14,60

Banane | Blaubeere | glutenfreie Haferflocken | Kokosjoghurt | Ahornsirup mit Zimt

GREEN PROTEIN BOWL

14,70

Banane | Spinat | Mango | Ananas | Erbsenproteinpellets | Chiasamen

BALI BOWL

14,80

Banane | Mango | Ananas | Kokosmilch | Pfirsich | Blaue Spirulina

LECKER AB 12 (bis 14:30 Uhr)

MITTAGSTISCH

Anti Pasti Teller

Bergkäse, Seranoschinken & allerlei an Anti Pasti Spezialitäten

15,90

Herzhafte Flammkuchen

- Original mit Speck und Zwiebeln **13,90**
- Tomate Mozarella **14,30**
- Lachs und rote Zwiebeln **14,90**
- Eingelegte Tomaten, Oliven, Ruccola und Serano Schinken **15,20**
- Flammkuchen der Saison **15,90**

Löffel dich Glücklich

Suppe der Saison mit Brot

7,80

Ofenfrisches Walnussbaguette

wahlweise mit folgenden Saporum Dips:

- Tomate Basilikum
- Knoblauch
- Knoblauch-Chilli
- Guacamole

9,50

Ich bin so satt, ich mag kein Blatt, oh ...

... **Kuchen**

Frommes Klassiker

4,90

- Bienenstich
- Schwarzwälder Kirsch
- Stachelbeer Baiser
- Apfel Streusel
- Kirsch Schmand oder Kirsch Schmand

Wechselnde Angebote, z.B: Lotus Cheesecake, Erdbeer-Baiser, Erdbeer-Schmand, Kinderriegel-Cheesecake und viele mehr

Kaffee

Heiß und Lecker

Filterkaffee Tasse	2,60
Filterkaffee Pott	3,90
Café Crema Tasse	2,80
Café Crema Pott	4,80
Espresso	2,70
Espresso Macchiato	3,50
Doppelter Espresso	4,20
Cappuccino	3,80
Latte Macchiato	4,10
Milchkaffee	4,10

Tipp

alle Heißgetränke wahlweise auch mit Karamell, Haselnuss oder Vanille Flavour auch vegan mit Hafermilch	Sirup	0,50
	Hafermilch	1,00

Cremiges

Heiße Schokolade in Weiß, Vollmilch, oder Zartbitter	4,50
• mit Sahnetopping	5,00
• mit Espresso Shot	5,50
Bullenlatte	6,10
Irish Coffee	6,90
Matcha Latte	4,30
Chai Latte	4,30
Pink Superfood Latte	4,60
Blue Chai Latte	4,60
Pistatcha Matche Latte	4,60
Yeah Purple L.A. Fog	4,60

Getränke

Teegenuss von Ronnefeldt

3,50

Earl Grey, Fruity Camomille, Refreshing Mint, Rosy Rose Hip,
Rooibos Cream Orange, Bergkräuter, Assam Bari, Darjeeling

Frische Tees

Heiße Zitrone

4,50

Frischer Orange Ingwertee mit Minze

5,90

Frischer Minztee oder frischer Ingwertee

4,50

Mit Alkohol

Heißer Apfelsaft mit Sanit Ginger

6,50

Heißer Rhabarbersaft mit Pfauengold

6,50

Heiße Schokolade mit Franzbrötchen-Likör

6,50

Durchsichtiges

Gerolsteiner Still

• 0,25l

3,20

• 0,75l

6,90

Gerolsteiner Medium

• 0,25l

3,20

0,75l

6,90

Softdrinks

Proviant Cola, Light, Ingwer-Zitronen-Limonade 0,33l

3,90

Krombacher Spezi 0,33l

3,90

Regina Orangensprudel aus dem Münsterland seit 1908 0,3l

3,90

Getränke

Säfte von Rauch (auch als Schorle)

Apfelsaft, Rhabarber, schwarze Johannisbeere, Orange, Maracuja, Multivitaminsaft je als 0,2l als 0,4l oder Schorle	3,50 5,10
--	---------------------

Bier

Krombacher Pils 0,3l	3,50
Krombacher Pils 0,5l	5,50
Starnberger 0,3l	3,50
Tango mit Regina aus dem Münsterland 0,3l	3,50
Krombacher Pils alkoholfrei 0,33l	3,50
Krombacher Weißen alkoholfrei 0,5l	5,50
Krombacher Tango (auch alkoholfrei) 0,33l	3,50

Liköre und Spirituosen

Pfauengold	2cl	3,00
Helbing Waldmeister	2cl	3,00
Kaisers Nuss auf Eis	4cl	4,90
Grafschaft Kräuterlikör auf Eis	4cl	4,90
Grafschaft Brombeerlikör auf Eis	4cl	4,90
Franzbrötchenlikör aus Hamburg auf Eis	4cl	4,90
Sanit Ginger aus St. Pauli auf Eis	4cl	4,90

Das blubbert!

Spritzgetränke

Die Glitzernden

Pfauenspritz	8,80
La Belle Spritz (auch alkoholfrei)	9,30

Die Klassiker

Fromme Spritz	8,10
Maracuja Spritz	7,90
Helbing Spritz	7,90
Saint Ginger Spritz	8,20
Limoncello Spritz	7,90
Aperol Spritz	7,90
Campari Spritz	8,20
Granatapfel Spritz	7,90
Sarti Spritz	7,90
Lillet Wildberry (auch alkoholfrei)	7,90
Wildberry La Belle	8,50
Hugo	7,90
Erdbeer Secco mit frischen Erdbeeren und Minze (Verfügbarkeit Saisonal)	8,50
Belini	8,90

Für abends

Snacks

Anti Pasti Teller

15,90

Bergkäse, Serranoschinken & allerlei an Anti Pasti Spezialitäten

Bitterballen (ab 11. Mai)

Klassischer niederländischer Snack, mit Rinderragou, gefüllte, frittierte Fleischkroketten serviert mit Senf – 6 Stück

Nachos

5,90

wahlweise mit:
Salsa oder Guacamole

Portion Oliven

4,90

schwarze Oliven

Pinsa (ab 11. Mai)

- Ruccola, Burrata und Seranoschinken
- Tomate-Mozzarella und Basilikum
- Avocado & Räucherlachs
-

Kleine Käseplatte (ab 11. Mai)

Verschiedene Käsevariationen

Ofenfrisches Walnussbaguette

9,50

wahlweise mit folgenden Saporum Dips:

- Tomate Basilikum
- Knoblauch
- Knoblauch-Chilli

Weinkarte

2022 Willis Erben Literwein Weiß 0,2l	6,90
Frisch, gelbfruchtig und blumig mit Aromen von Apfel, Zitrus und Holunder, knackige Säure und feine Frische machen ihn zum spritzigen Trinkvergnügen	
2022 Willis Erben Literwein Rosé 0,2l	7,20
Fruchtiges Rosé mit Noten von Himbeere und Cranberry, leicht, trocken Und herrlich frisch. Perfekt für warme Tage	
2022 Willis Erben Goldstück 0,2l	6,90
Aromatisch mit Guave, Mandarine und einem Hauch Holunder. Feine Süße trifft auf frische Säure mit blumigem Finale.	
2022 Grauburgunder Trocken 0,2l	7,30
Reife Birne und Aprikose mit würzigen Nuancen. Trocken, kräftig mit feinem Gerbstoff Finish	
2022 Sauvignon Blanc Trocken 0,2l	7,80
Stachelbeere, Grapefruit und frische Kräuternoten prägen das Bukett. Lebendig, trocken und wunderbar erfrischend	
2022 Blanc de Noir 0,2l	7,60
Zarte Noten von weißen Blüten, Birne und Zitrus. Trocken, leicht und mit animierender Frische.	
2021 Schwarze Perle / Dornfelder Trocken 0,2l	8,60
Dunkle Beeren, Kirsche und würzige Röstaromen. Kräftig, trocken mit geschmeidigen Tranninen.	

Weinkarte

2022 Chardonnay & Weißburgunder 0,2l Gelbfruchtig mit Apfel, Melone und einem Hauch Butter. Mittelkräftig, frisch und mit langem Nachhall.	7,20
Pinot Noir Sekt brut 0,1l auch als 0,2l auf Eis Rote Früchte, Brioche und feiner Toastnoten. Kräftiges Mousseux und elegante Frische im Abgang.	4,60 8,80
Traubensecco 0,2l Alkoholfrei fruchtig	6,80
Champagner 0,75l Veuve Clicquot	85,00
Champagner 0,75l Moët & Chandon Ice Impérial	90,00





Allergene und Zusatzstoffe können beim Personal erfragt werden!