



FamilienZentrum
Hochrhein



Küche-/Cafeteria-Team

Christa, Annika, Elke, Kerstin, Regina, Renate, Johanna

Wir laden Euch  lich in unser
„öffentliches Wohnzimmer“ ein und freuen uns,
dass ihr da seid!

Genießt unser leckeres Frühstücksangebot, das Mittagessen oder einfach nur einen Kaffee, während Eure Kinder in unserer Spielecke beschäftigt sind.

Nachmittags oder zwischendurch laden wir Euch zu einer kleinen Pause mit einem Stück selbstgebackenen Kuchen oder einem unserer Snacks und/oder einem Heiß- oder Kaltgetränk ein.

Wir kochen und backen täglich frisch – auch unser Vollkorn-Brot backen wir selber!

Mittags bieten wir täglich ein vegetarisches Essen (alternativ einen Salatteller) an.

Wir kaufen regional und nutzen die saisonale Obst- und Gemüsevielfalt. Für uns stehen Nachhaltigkeit und der reine Geschmack im Mittelpunkt



Viele Ehrenamtliche und besondere Mitarbeiter*innen helfen uns in der Küche und als Gastgeber in der Cafeteria – dies ist unser Konzept und macht uns zu dem, was wir sind. Ohne ihre Mitarbeit wäre dieses bunte Angebot nicht machbar.

Ein herzliches „**DANKE**“ an alle, die dazu gehören!

Gleichzeitig ein großes „**DANKE**“ an die **Stoll VITA Stiftung** für die Unterstützung unserer gesunden Küche.

Alles Bio im FAZ?

Wir sind bestrebt, unseren Gästen das Bestmögliche anzubieten und benutzen biologische Zutaten (wo es Sinn macht!).

Immer mehr greifen wir auf saisonale Produkte von heimischen Erzeugern zurück, wir verwenden z.B. ausschließlich Fleisch aus kontrollierter Aufzucht.



Wir legen auf die Qualität unserer Produkte großen Wert, daher ist uns die Auswahl unserer Lieferanten sehr wichtig:

Bressan Obst & Gemüse, Jennifer & Stefan Hotz in Eggingen
Gemüse, Obst, Kartoffeln, Eier

Metzgerei Wassmer, Horheim - Fleisch- und Wurstwaren

Blattert Mühle in Bonndorf-Wellendingen - Mehl und Müsli

Gönner-Getränke in Lauchringen

Eilles Tee

Darboven Kaffee

.... und den Rest bei **C + C Netzhammer** und hiesigen Lebensmittelgeschäften.



Ein gesunder Start in den Tag – unsere Frühstücks-Angebote

Wir verwenden für unsere selbstgebackenen Brote Weizenmehl.

Wir unterstützen Nachhaltigkeit; deshalb haben wir unsere Portionen verringert,
um Reste zu vermeiden. Gerne bringen wir etwas nach.

Kinderfrühstück 3,50 €

Tasse Kakao oder Milch oder Tee

1 Vollkornbrötchen mit Butter und Nutella oder selbstgemachter Marmelade

Schnelles Frühstück 4,00 €

1 kleiner Kaffee/Tee, 1 belegtes Vollkornbrötchen, garniert (2, 3, 4, 7)

Fitness-Frühstück 7,50 €

Kaffee oder Tee , Glas Orangensaft, Bircher Müsli oder Obstsalat

Vollkornbrötchen mit Butter, Käse- oder Wurstplatte mit Rohkost (2, 3, 4, 7)

Schlemmer-Frühstück 10,00 €

1 Heißgetränk nach Wahl, Glas Orangensaft

2 Vollkornbrötchen mit Butter, Wurst- und Käseplatte (2, 3, 4, 7)

selbstgemachte Marmelade, Bircher Müsli oder Obstsalat, 1 Ei

FaZ-Frühstück für zwei Personen 24,00 €

2 Heißgetränke nach Wahl, 1 Piccolo und 2 Gläser Orangensaft

4 Vollkornbrötchen mit Butter, selbstgemachte Marmelade

Wurst- und Käseplatte (2, 3, 4, 7, 8)

geräuchertes Forellenfilet mit Meerrettich-Sahne (3, 8)

2 Eier nach Wahl, 2 Bircher Müsli oder Obstsalat

Besondere Events

Frauenfrühstück

11,00 €

einmal monatlich, mit verschiedenen Themen - Daten siehe auf unserer Website oder im Programmheft

Sonntagsfrühstück

18,00 €

einmal monatlich - Daten siehe auf unserer Website oder im Programmheft

Seniorenplausch

7,00 €

einmal monatlich, mit kleinem Programm - Daten siehe auf unserer Website oder im Programmheft



Außerdem

| | |
|----------------------------------------------------|--------|
| Gekochtes Ei | 1,00 € |
| 2 Spiegeleier/Rührei | 2,00 € |
| Obstsalat | 1,50 € |
| Bircher Müsli | 2,50 € |
| Vollkornbrötchen | 0,80 € |
| 1 belegtes Vollkornbrötchen, garniert (2, 3, 4, 7) | 2,00 € |

Für Zwischendurch—bis 14:00 Uhr

Vollkorn-Baguettes (selbstgebacken)

Baguette „herzhaft“ 3,50 €

belegt mit gekochtem Schinken oder Salami, garniert mit Salat, Gurke, Ei (2, 3, 4, 7)

Baguette „Caprese“ 3,00 €

belegt mit Tomaten und Mozzarella, garniert mit Salat und Balsamico-Creme

Baguette „Veggi“ 3,50 €

belegt mit Käse, garniert mit Salat und Ei

Baguette „Wutach“ 4,00 €

belegt mit geräucherter Forelle, Meerrettich-Sahne, garniert (3, 8)

Mittag-Essen - inklusiv Wasser oder Tee an der Theke

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Bunter Salatteller mit selbstgebackenem Vollkornbrot | 6,00 € |
| Bunter Salatteller mit selbstgeb. Vollkornbrot + Schinken ^(2,3,4,7) / Käse | 7,00 € |
| Vegetarisches Essen | 6,00 € |
| Essen mit Fleisch- oder Fischbeilage | 7,00 € |
| Kinder-Portion bis 10 Jahre – inklusive Dessert | 3,50 € |

Süßes

| | |
|------------------------------------|-----------|
| Kleingebäck (je nach Angebot) | ab 2,00 € |
| Kuchen | 2,00 € |
| Käse- und Obstkuchen | 2,50 € |
| Torten (alles mit Sahne + Cremes!) | 3,00 € |
| Waffeln (donnerstags) | 1,50 € |

Schaut in unseren Kuchen-Kühlschrank und sucht Euch was Leckeres aus!

heiße Getränke - alle Kaffee-Getränke auch koffeinfrei

| | |
|--------------------------------------------------------------|-----------------|
| Espresso / doppelter Espresso | 1,50 € / 2,50 € |
| Kaffee klein / groß | 2,20 € / 2,80 € |
| Milchkaffee | 2,50 € |
| Cappuccino | 2,50 € |
| Latte Macchiato | 2,80 € |
| Heiße Schokolade | 2,20 € |
| Moccachino (Latte Macchiato mit heißer Schoki) | 2,80 € |
| Tee - Pfefferminze, grüner Tee, Schwarztee, Kräuter, Früchte | 2,00 € |

kalte Getränke

| | |
|--------------------------------|--------|
| Mineralwasser, 0,5 ltr. | 2,00 € |
| Mineralwasser, Glas | 1,00 € |
| Johannisbeer-Schorle, 0,3 ltr. | 2,20 € |
| Rhabarber-Schorle, 0,3 ltr. | 2,20 € |
| Apfel-Schorle, 0,3 ltr. | 2,20 € |
| Orangensaft, Glas | 2,00 € |

alkoholische Getränke

| | |
|----------------------------------------------------------|---------|
| Bier (Zäpfle, Radler, Alkoholfrei), 0,33 ltr. | 2,50 € |
| Wein (rot / weiß), 0,25 ltr. Winzerkeller Auggener Schäf | 4,50 € |
| Sekt Piccolo trocken | 3,50 € |
| Sekt Flasche trocken | 12,00 € |

**Bist Du Allergiker?
Bitte frage uns nach der Allergen-Karte.**

Zusatzstoffe:

1 mit Farbstoff / 2 mit Konservierungsstoff / 3 mit Antioxidationsmittel /
4 mit Geschmacksverstärker / 5 geschwefelt / 6 geschwärzt / 7 mit Phosphat /
8 mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnissen) / 9 koffeinhaltig / 10 chininhaltig /
11 mit Süßungsmittel / 13 gewachst

Stand: Januar 2024