



Sandwiches hausgemacht

- Captain's Vegan Hummus8.5
Proteinbrot • Hummus • Karotten • Sprosse
- Ciabatta italiana Caprese9.5
Tomaten • Mozzarella
- Flat White Vegi7.5
Wrap • Falafel • Minzsaucе • Weisskohl • Karotten
- Gusto Mexicano11.9
Pouletbrust gebraten • Guacamole • Peperoni rot
- New Yorker7.5
Dinkel • Cream-Cheese • Apfel • Cranberries • Chia Samen
- Roast Beef Pastorello10.9
Meerrettichcrème • Spinatsalat • Roastbeef • Frischkäse
- Protein Double8.5
Jumbo Weggli • Salat • Ei
- Znüni Salami Sandwich4.0
Laugenbrötli • Salami • Salat (es hät solangs hät)
- Znüni Thon Sandwich4.0
Weggli • Thon • Salat (es hät solangs hät)

Lunch Quiche

- Quiche Mediterran13.5
 - Quiche Lauch & Speck13.5
 - Quiche Vegetarisch13.5
 - Quiche Käse/Zwiebel13.5
- Hergestellt von Jugendlichen und Erwachsenen mit psychischen und sozialen Schwierigkeiten.*

Getränke

- AiLaike Iced Tea (diverse)4.9
- Cocosana (Kokoswasser)4.9
- Wostok Limonaden (diverse)4.9
- PONA Juice (diverse)4.9
- MONO Tee (diverse)4.9
- Black Water5.9
(Hilft deinem Körper sich auf natürliche Art zu entgiften)
- Viva Con Agua mit/ohne Gas4.9
- Focus Water REVIVE/RELAX4.9
- Liim's Lemonade4.9
- Frisch gepresster O-Saft 2.5 dl.4.0
- Coca Cola, Coca Cola Zero,
Apfelschorle, Rivella rot/blau4.9

Leicht und gesund

- Captain's Tagessalat11.5
- Tagessuppe5.5
- Birchermüesli6.5
- Veggie Cup6.5
(Div. geschnittene Gemüse in Becher mit Dip)
- Früchte Cup6.5
(Div. geschnittene Früchte in Becher)
- Captain's Fitness Mix5.5
(Nature Jogurt und Cerealien)

Patisserie

- Babà al Limoncello5.0
- Cannoli Siciliani5.0
- Cornetto Leer1.5
- Cornetto Crema / Aprikose1.7
- Cornetto Schokolade1.7
- Mousse frutti di bosco7.0
- Soufflè al Cioccolato4.0
- Tiramisu Savoardi7.0
- Hausgemachter Cake2.9
Schoko und Citron

Captain's Hot Dog

- Hot Dog Classic7.5
kann nur im FRESH TASTES Lokal genossen werden
- Hot Dog Latin7.5
kann nur im FRESH TASTES Lokal genossen werden

Stay tuned...

- Wir passen unser Angebot stetig an und es gibt immer mal wieder einen „Captain's Special“ 😊