Herzlich Willkommen

in der

Auszeit
Sport & Wellness

Öffnungszeiten Bistro & Café

Montag - Donnerstag
12.00 - 22.00 Uhr (Küche bis 20:00 Uhr)

Freitag
12.00 - 22.00 Uhr (Küche bis 21:00 Uhr)

Samstag
12.00 - 22.00 Uhr (Küche bis 21:00 Uhr)

Sonntag
12.00 - 20.00 Uhr (Küche bis 19:00 Uhr)

(An Feiertagen können die Öffnungszeiten abweichen.)

(Bestellungen von Speisen werden bis 15 Minuten vor Küchenschließung angenommen)

Weitere Angebote und Informationen finden Sie unter
www.auszeit-wildeshausen.de

Suppen

Große Tomatensuppe[4] (400 ml) **7,50 €**
mit Basilikum verfeinert, rustikale Tomatenstücke und frischem Baguette[1]

Große Gulaschsuppe „Ungarische Art“ (400ml) **8,50 €**
mit Rindfleisch und Paprika, würzig abgeschmeckt und frischem Baguette[1]

Chili con Carne [4,5,e] **10,90 €**
Rindfleisch mit Bohnen, Mais, Zwiebeln, Paprika und frischem Baguette[1]

Gemüsecurry **9,90 €**
Cremige Sauce mit Kokosmilch und viel Gemüse, mildfruchtig abgeschmeckt

Frische Salate der Saison (mit Baguette und Dressing nach Wahl)

Großer Auszeitsalat **10,50 €**
mit Blattsalat-Mix, Gurken, Tomaten, Paprika, Karotten, Weißkohl,
wahlweise mit
Hirtenkäse[5] und roten Zwiebeln **12,90 €**
Thunfisch[2] und roten Zwiebeln **13,90 €**
gebratenen Hähnchenstreifen[11,f] **15,90 €**

Dressing nach Wahl: Italian[4,5,11], American[8,10], Balsamico, Honig-Senf[8,10], Mangochutney

Kleiner gemischter Beilagensalat **4,80 €**
Blattsalat-Mix, Gurke, Paprika, Karotten, Tomaten, Italian-Dressing

Auszeit Sport & Wellness

Wraps & Sandwich

Räucherlachs Wrap[1]
mit norwegischem Räucherlachs[2], frischem Salat, Gurke, Frischkäse[5] und
Senf-Dill-Sauce[8,10]
12,90 €

Geflügel Wrap[1]
mit gebratenen Hähnchenbruststreifen[11,f], frischem Salat, Gurke,
Frischkäse[5] und Cocktail-Sauce[5,8,10,11,13,b,e]
12,90 €

Vegetarischer Wrap[1]
mit Hirtenkäse [5,f], frischem Salat, Gurke, Tomate, Paprika, Frischkäse[5] und Chitti-Pitti-Sauce[4,5,10,11]
11,50 €

Club Sandwich
mit hausgemachtem Dressing[8,10], Putenbrust[b,e,g], Tomaten, Salat, gebratenem Speck[b,c,g] und krossem American-Vollkorntoast[1]
12,90 €

Auszeit Sport & Wellness

Herzhaftes & Snacks

Riesenbrezeln **5,00 €**
mit Butter

Käse-Riesenbrezeln **5,00 €**
mit Butter

Ofenkartoffel **8,50 €**
große Ofenkartoffel mit Sour-Cream[5,] Salatbeilage [4,5,11]

wahlweise mit:

gebratenen Hähnchenbruststreifen[11,f] **11,50 €**

Räucherlachsstreifen[2] **12,50 €**

Currywurst[b,e,g]
mit einer pikanten Curry-Sauce[4,10] & Baguette[1] **5,90 €**

Auszeit Flammkuchen[1,2,5,e]
Rustikaler-Flammkuchen aus Roggenteig, mit würziger Creme fraîche, leckerem Schwarzwälder Schinken, Lauch und Zwiebel **10,50 €**

Auszeit Burger im rustikalen Panini[1]
200 g bestes Fleisch vom Angus-Rind, Tomaten, Gurken, frische rote Zwiebeln, Ketchup[4], Gurken-Relish, Burgersauce[5,10] und Salatbeilage[4,5,11] **14,50 €**

Auszeit Sport & Wellness

Frucht & Kuchen

Gemischter Obstsalat[e] mit Äpfeln, Wasser- und Honigmelone, Orangen, Ananas und Weintrauben	**6,50 €**
mit Joghurt[5]	**7,50 €**
Kuchen[5,6,7,8,11] **je nach Saison**	**3,40 €**
Portion Sahne	**+ 0,50 €**

Eisbecher

Eiskaffee	2 Kugeln Vanille-Eis mit Kaffee und Sahne	**5,00€**
Gemischter Eisbecher	Je 1 Kugel Vanille-, Erdbeer-, Schokoladen- und Joghurteis mit Sahne & Himbeersoße	**7,50€**
Schoko-Eisbecher	Je 2 Kugeln Vanille- und Schokoladen-Eis mit Sahne und Schokosoße	**7,50€**
Auszeit-Eisbecher	3 Kugeln Vanille-, Erdbeer- und Joghurt-Eis mit gemischtem Obstsalat, Sahne und Himbeersoße	**8,90€**
Joghurt-Eisbecher	3 Kugeln Joghurt-Eis mit frischem Naturjoghurt und Sahne & Himbeersoße	**6,90€**
Kugel Eis	Je Kugel, verschiedene Sorten Vanille, Schokolade, Erdbeer, Joghurt	**1,80€**

Kaffeespezialitäten

Espresso	**2,30 €**
Doppelter Espresso	**3,90 €**
Großer Becher Kaffee	**3,50 €**
Cappuccino	**3,60 €**
Milchkaffee	**3,90 €**
Latte Macchiato	**4,20 €**
Espresso Macchiato	**2,90 €**
Becher Schokolade	**3,90 €**
Großes Glas Tee (verschiedene Sorten)	**3,00 €**

Softgetränke

Coca-Cola	0,33l Flasche	**3,40 €**
Coca Cola Zero	0,33l Flasche	**3,40 €**
Loona Zitrone	0,3l / 0,5l	**3,00 € / 4,50 €**
Fanta	0,3l Glas	**3,00 €**
Moorwasser (Cola & Fanta)	0,3l / 0,5l Glas	**3,00 € / 4,50 €**
Vitamalz	0,33l Flasche	**3,00 €**
Schweppes Bitter Lemon	0,2l Flasche	**2,90 €**
Lüts Landlust Johanna	0,33l Flasche	**3,80 €**
Lüts Landlust Helene	0,33l Flasche	**3,80 €**
Lüts Landlust Quitte	0,33l Flasche	**3,80 €**
Lüts Landlust Holunder	0,33l Flasche	**3,80 €**

Mineralwasser

Loona Mineralwasser	0,25l / 0,75l Flasche	**2,50 € / 6,90 €**
Loona Mineralwasser	0,25l / 0,75l Flasche	**2,50 € / 6,90 €**
Mineralwasser	1,0l PET Flasche	**5,00 €**

(nur zur Mitnahme in die Sauna)

Säfte

KiBa, Kirsch-Bananen Saft	0,3l / 0,5l	**3,50 € / 4,90 €**
Kirschsaft	0,3l / 0,5l	**3,50 € / 4,90 €**
Bananensaft	0,3l / 0,5l	**3,50 € / 4,90 €**
Orangensaft	0,3l / 0,5l	**3,50 € / 4,90 €**
Maracujasaft	0,3l / 0,5l	**3,50 € / 4,90 €**
Rhabarbersaft	0,3l / 0,5l	**3,50 € / 4,90 €**
Apfelsaft, naturtrüb	0,3l / 0,5l	**3,50 € / 4,90 €**
Alle Säfte auch als Schorle	0,3l / 0,5l	**3,40 € / 4,80 €**

Proteinshakes (Energybody)

Erdbeere	**Schoko**	0,5l	**Alle je 4,00 €**
Hafer-Zimt	**Moccaccino**		
Himbeer-Joghurt	**Tiramisu**		
Kokosnuss	**Quark-Zitrone**		
Maracuja-Joghurt	**Vanille**		

Fragen Sie gerne unser Personal nach weiteren Sorten.

Biere (frisch vom Fass)

Ols Pils	0,3l / 0,5l	**3,20 € / 4,80 €**
Ols Naturtrüb	0,3l / 0,5l	**3,20 € / 4,80 €**
Alsterwasser	0,3l / 0,5l	**3,20 € / 4,80 €**

Flaschenbiere

Erdinger Weißbier	0,5l	**4,90 €**
Erdinger Alkoholfrei	0,5l	**4,90 €**
Erdinger Hell Alkoholfrei	0,5l	**4,90 €**
Erdinger Grapefruit Alkoholfrei	0,33l	**3,90 €**
Weizen mit Bananennektar	0,5l	**5,20 €**
auch in alkoholfrei möglich		
Ols Nüchtern („Alkoholfrei“)	0,33l	**3,90 €**

Weißweine

Karl Pfaffmann Grauburgunder, trocken	0,2l Glas 0,75l Flasche	**5,80 €** **19,50 €**
Karl Pfaffmann Silvaner, halbtrocken	0,2l Glas 0,75l Flasche	**5,80 €** **19,50 €**
Kiefer – Den Tag versüßen lieblich	0,2l Glas 0,75l Flasche	**5,80 €** **19,50 €**

Rotweine

Merlot Torresella Gruppo Santa Magerithah trocken, dunkelbeerig, gehaltvoll	0,2l Glas 0,75l Flasche	**6,00 €** **20,50 €**
Cruse Cabernet Sauvignon Vin de Pays d'Oc IGPh trocken, gehaltvoll, ansprechend	0,2l Glas 0,75l Flasche	**6,00 €** **20,50 €**

Roséweine

Spätburgunder QbA, Weingut Pfaffmann, Pfalzh halbtrocken, kirschig, weich und angenehm	0,2l Glas 0,75l Flasche	**5,80 €** **19,50 €**

Alle Weine auch als Schorle **5,10 €**

Prosecco/Hugo

Vino Frizzante Proseccoh	0,1l Glas	**2,90 €**
Vino Frizzante Proseccoh	0,75l Flasche	**18,90 €**
Scavi & Ray Prosecco Piccolo	0,2l Flasche	**7,90 €**
Lillet Wild Berryh	0,2l	**6,90 €**
Aperol Spritza,h	0,2l	**6,90 €**

Auszeit Sport & Wellness

Spirituosen

Schnaps	**Wodka**	2 cl	**2,50 €**
	Korn	2 cl	**2,00 €**
	Jubiläums Akvavit	2 cl	**3,50 €**
Liköre	**Baileys**	4 cl	**4,00 €**
	Frangelico	2 cl	**3,50 €**
Aperitif	**Ramazotti Rosato**	5 cl	**3,50 €**
	Martini Bianco[h]	5 cl	**4,00 €**
Bitter	**Fernet Branca**	2 cl	**3,50 €**
	Jägermeister	2 cl	**3,00 €**
	Ramazzotti	2 cl	**3,50 €**
Obstler/Brände	**Williams Birne**	2 cl	**3,50 €**
	Haselnussgeist	2 cl	**4,00 €**
Weinbrand	**Cardenal Mendoza**	2 cl	**4,00 €**
	Mariacron	2 cl	**2,00 €**
Long-Drinks	**Havanna Club-Cola**	0,2l	**6,50 €**
	Gin-Tonic	0,2l	**5,50 €**
	Weinbrand-Cola	0,2l	**4,50 €**
	Bacardi-Cola	0,2l	**5,50 €**
	Korn-Cola	0,2l	**4,50 €**
	Whiskey-Cola	0,2l	**5,50 €**

Bedeutung der Symbole

Vegetarisch

Vegan

Delphinsicherer Thunfisch

Kennzeichnung Lebensmittel und Getränke (Allergene und Zusatzstoffe)

1) Getreide
2) Fisch
3) Krebstiere
4) Sellerie
5) Milch u. Laktose
6) Sesamsamen
7) Nüsse u. Schalenfrüchte
8) Eier
9) Lupine
10) Senf
11) Soja
12) Weichtiere
13) Alkohol

a) Farbstoffe
b) Konservierungsstoffe
c) Geschmacksverstärker
d) Eisensalze
e) Antioxidationsmittel
f) Süßstoffe/Süßungsmittel
g) Phosphate
h) Schwefeldioxide u. Sulfite
i) Coffein
j) Chinin/Chininsalze
k) Taurin