

# Herzlich Willkommen

in der



## Öffnungszeiten Bistro & Café

---

### Montag - Donnerstag

**09.00 - 22.00 Uhr** (Küche: 9 - 14 Uhr & 17 - 20 Uhr)

### Freitag

**09.00 - 22.00 Uhr** (Küche bis 21:00 Uhr)

### Samstag

**10.00 - 23.00 Uhr** (Küche bis 21:00 Uhr)

### Sonntag

**10.00 - 20.00 Uhr** (Küche bis 19:00 Uhr)

*(An Feiertagen können die Öffnungszeiten abweichen.)*

Alle Speisen (außer Suppen) sind außer Haus möglich.

Reservierungen nehmen wir gerne unter Tel. 04431-748 21 00 oder per E-Mail unter [gastro@auszeit-wildeshausen.de](mailto:gastro@auszeit-wildeshausen.de) entgegen.

Wir planen auch individuelle Veranstaltungen mit bis zu 60 Personen für Sie in unserer Auszeit. Sprechen Sie uns an.

Weitere Angebote und Informationen finden Sie unter [www.auszeit-wildeshausen.de](http://www.auszeit-wildeshausen.de)

📶 Auszeit-Gastzugang: 748210015 📶

## Frühstück (Montag – Samstag bis 12:00 Uhr)

### **Kleines Frühstück** **4,50 €**

zwei halbe, belegte Brötchen<sup>1</sup> (wahlweise mit Serrano-Schinken<sup>b,e</sup>, Käse<sup>5</sup>, Salami<sup>b,e</sup> oder Geflügel-Wurst<sup>b,e,g</sup>) mit einer großen Tasse Kaffee, Cappuccino oder Tee

*Aufpreis Latte Macchiato oder Milchkaffe* **0,70 €**

### **Süßes Frühstück** **6,50 €**

ein Buttercroissant<sup>1,5,6,7,11</sup> und ein Brötchen nach Wahl mit Konfitüre, Nutella<sup>5,7,11</sup> und Honig mit Butter mit einer großen Tasse Kaffee, Cappuccino oder Tee

*Aufpreis Latte Macchiato oder Milchkaffe* **0,70 €**

### **Klassisches Frühstück** **7,50 €**

mit einem Normalen- und einem Fitnessbrötchen<sup>1</sup>, dazu Käse<sup>5</sup>, Philadelphia-Frischkäse<sup>5</sup>, Serrano-Schinken<sup>b,e</sup>, Salami<sup>b,e</sup>, Butter<sup>5</sup>, Honig, Nutella<sup>5,7,11</sup> und Konfitüre sowie mit frischem Obstsalat

### **Auszeit Frühstück** **9,90 €**

mit einem Normalen- und einem Fitnessbrötchen<sup>1</sup>, dazu Geflügel-Aufschnitt<sup>b,e,g</sup>, Lachs<sup>2</sup>, Serrano-Schinken<sup>b,e</sup>, Käse<sup>5</sup>, Butter<sup>5</sup>, Honig, Nutella<sup>5,7,11</sup>, Konfitüre sowie Joghurt<sup>5</sup> mit frischem Obstsalat<sup>e</sup> und einer Portion Rührei<sup>8</sup>

*Unser Tipp dazu: ein Glas Prosecco 0,1l* **2,50 €**

### **Wellness Frühstück für zwei Personen** **19,90 €**

mit zwei Normalen- und zwei Fitnessbrötchen<sup>1</sup>, dazu Geflügel-Aufschnitt<sup>b,e,g</sup>, Salami<sup>b,e</sup>, Lachs<sup>2</sup>, Serrano-Schinken<sup>b,e</sup>, Käse<sup>5</sup>, Butter<sup>5</sup>, Honig, Nutella<sup>5,7,11</sup>, Konfitüre sowie Joghurt<sup>5</sup> mit frischem Obstsalat<sup>e</sup>, einer großen Portion Rührei<sup>8</sup> und zwei Gläser O-Saft 0,2l

### **Gegen Aufpreis bieten wir folgende Optionen:**

- Croissant **1,50 €**
- ein gekochtes Ei<sup>8</sup> **1,00 €**
- Portion Rührei<sup>8</sup> **2,50 €**
- große Kanne Kaffee **6,50 €**
- O-Saft 0,2l **2,20 €**



## Sonntags-Frühstück

Jeden Sonntag von 10.00 – 12.00 Uhr





**Käse, Frischkäse, Serrano-Schinken, Lachs, Salami, Butter, Honig, Nutella, Konfitüre, Rührei, Obstsalat, frischen Brötchen, 0,2l O-Saft, Tee & Kaffee satt**

**für 14,90€ pro Person**

## Suppen

-  **Große Tomatensuppe<sup>4</sup>** (400 ml) **5,90 €**  
mit Basilikum verfeinert, rustikale Tomatenstücke und frischem Baguette<sup>1</sup>
- Große Gulaschsuppe „Ungarische Art“** (400ml) **6,90 €**  
mit Rindfleisch und Paprika, würzig abgeschmeckt und frischem Baguette<sup>1</sup>
- Chili con Carne<sup>4,5,e</sup>** **8,90 €**  
Rindfleisch mit Bohnen, Mais, Zwiebeln, Paprika und frischem Baguette<sup>1</sup>
-  **Gemüscurry** **7,90 €**  
Cremige Sauce mit Kokosmilch und viel Gemüse, mildfruchtig abgeschmeckt



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

-  **Großer Auszeitsalat** **8,50 €**  
mit Blattsalat-Mix, Radieschen, Gurken, Tomaten, Paprika, Karotten, Weißkohl,  
wahlweise mit
-  - Feta<sup>5</sup> und roten Zwiebeln **9,50 €**
-  - Thunfisch<sup>2</sup> und roten Zwiebeln **11,50 €**
- gebratenen Hähnchenstreifen<sup>11,f</sup> **11,90 €**
-  **Kleiner gemischter Beilagensalat** **4,80 €**  
Blattsalat-Mix, Gurke, Paprika, Radieschen, Karotten, Tomaten
- Dressing nach Wahl:**  
Italian<sup>4,5,11</sup>, American<sup>8,10</sup>, Balsamico, Honig-Senf<sup>8,10</sup>, Mangochutney

## Pasta

### Tagliatelle

wahlweise mit

-  - Cherrytomaten, in leckeren hausgemachten Knoblauch-Basilikum-Pesto & Feta<sup>5</sup> **10,50 €**
- Hähnchengeschnetzeltes in Curry-Ingwer-Soubise<sup>4,5,e</sup> **12,90 €**
-  - Gemüsebolognese aus fein gewürfelten Tomaten, und frischen Kräutern<sup>4,e</sup> und Parmesan **9,50 €**
- gebratenen Scampis in Curry-Kokos-Safransauce<sup>2,3</sup> und Parmesan **14,50 €**

## Wraps & Sandwich

**Räucherlachs Wrap<sup>1</sup>** **8,90 €**

mit norwegischem Räucherlachs<sup>2</sup>, frischem Salat, Gurke, Frischkäse<sup>5</sup> und Senf-Dill-Sauce<sup>8,10</sup>

**Geflügel Wrap<sup>1</sup>** **8,50 €**

mit gebratenen Hähnchenbruststreifen<sup>11,f</sup>, frischem Salat, Gurke, Frischkäse<sup>5</sup> und Cocktail-Sauce<sup>5,8,10,11,13,b,e</sup>

 **Vegetarischer Wrap<sup>1</sup>** **7,90 €**

mit Fetakäse<sup>5,f</sup>, frischem Salat, Gurke, Frischkäse<sup>5</sup> und Chitti-Pitti-Sauce<sup>4,5,10,11</sup>

**Club Sandwich** **7,80 €**

mit hausgemachtem Dressing<sup>8,10</sup>, Putenbrust<sup>b,e,g</sup>, Tomaten, Salat, gebratenem Speck<sup>b,c,g</sup> und krossem American-Vollkorntoast<sup>1</sup>

## Herzhaftes & Snacks

**Brezel** **2,00 €**

Laugenbretzel mit Butter

 **Ofenkartoffel** **6,50 €**

große Ofenkartoffel mit Sour-Cream<sup>5</sup>, Salatbeilage<sup>4,5,11</sup> und wahlweise mit:

- gebratenen Hähnchenbruststreifen<sup>11,f</sup> **8,50 €**

- Räucherlachsstreifen<sup>2</sup> **8,90 €**

**Pizzateigkörnchen Salami<sup>2,3,5,8,10,11</sup>** **6,90 €**

gefüllt mit käsepikanter Salami, dazu ein Mini-Pizzatini Mozzarella-Tomate und ein kleiner Salat

 **Pizzateigkörnchen Veggie<sup>2,3,5,8,10,11</sup>** **6,50 €**

gefüllt mit Mozzarella, Grillgemüse, dazu ein Mini-Pizzatini Mozzarella-Tomate und ein kleiner Salat

 **Veggie Baguette de luxe** **6,50 €**

mit mediterranen Kräutern, belegt mit gegrillter Paprika, Zucchini, Tomaten und Hirtenkäse

 **Tomate-Mozzarella Baguette de luxe** **6,50 €**

mediterranes Snackbaguette mit Mozzarella und getrockneten Tomaten belegt, mit Basilikum und Chili verfeinert

**Currywurst<sup>b,e,g</sup>** **4,50 €**  
mit einer pikanten Curry-Sauce<sup>4,10</sup> & Baguette<sup>1</sup>

**Auszeit Flammkuchen<sup>1,2,5,e</sup>** **7,90 €**  
Rustikaler-Flammkuchen aus Roggenteig, mit würziger Creme fraîche,  
leckerem Schwarzwälderschinken, Lauch und Zwiebel

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

## Frucht & Kuchen

**Frischer Obstsalat<sup>e</sup>** **4,90 €**  
mit Äpfeln, Wasser- und Honigmelone, Orangen, Ananas und Weintrauben

- mit Joghurt<sup>5</sup> **5,90 €**

**Kuchen<sup>5,6,7,8,11</sup> je nach Saison** **2,60 €**

- Portion Sahne **+ 0,30 €**

**Kuchen & ein Becher Kaffee / Tee** **4,60 €**

- Latte Macchiato, Milchkaffee **+ 0,70 €**

**Torte<sup>5,6,7,8,11</sup> je nach Saison** **3,20 €**

**Torte & ein Becher Kaffee / Tee** **5,20 €**

- Latte Macchiato, Milchkaffee **+ 0,70 €**

## Eisbecher (Saison April – Oktober)

**Eiskaffee** 2 Kugeln Vanille-Eis mit Kaffee und Sahne **4,00€**

**Gemischter Eisbecher** 4 Kugeln Vanille-, Erdbeer-, Schokoladen- und  
Sizilianisches Orangeneis mit Sahne **6,50€**

**Schoko-Eisbecher** 4 Kugeln Vanille- und Schokoladen-Eis mit  
Sahne und Schokosoße **6,50€**

**Auszeit-Eisbecher** 3 Kugeln Vanille-, Erdbeer- und Joghurt-Eis mit  
frischem Obstsalat, Sahne und Himbeersoße **7,50€**

**Joghurt-Eisbecher** 3 Kugeln Joghurt-Eis mit frischem  
Naturjoghurt und Sahne **5,50€**

**Kugel Eis** Je Kugel, verschiedene Sorten **1,50€**

## Kaffeespezialitäten

Espresso		2,10 €
Doppelter Espresso		3,20 €
Großer Becher Kaffee		2,70 €
Cappuccino		3,00 €
Milchkaffee		3,20 €
Latte Macchiato		3,50 €
Espresso Macchiato		2,50 €
Becher Schokolade		2,80 €
Großes Glas Tee (verschiedene Sorten)		2,90 €

## Softgetränke

Coca-Cola	0,33l	3,00 €
Coca Cola Zero	0,33l	3,00 €
Loona Zitrone	0,3l / 0,5l	2,70 € / 3,50 €
Fanta	0,3l Glas	2,70 €
Moorwasser (Cola & Fanta)	0,3l / 0,5l	2,70 € / 3,50 €
Vitamalz	0,33l	3,00 €
Schweppes Bitter Lemon	0,2l Flasche	2,50 €
Schweppes Wild Berry	0,2l Flasche	2,50 €
Vio Johannisbeer-Schorle	0,3l	3,00 €

## Mineralwasser

Loona Mineralwasser	0,25l / 0,75l Flasche	2,20 € / 4,50 €
Loona Mineralwasser Naturelle	0,25l / 0,75l Flasche	2,20 € / 4,50 €
Mineralwasser (nur zur Mitnahme in die Sauna)	1,0l PET Flasche	3,50 €

## Säfte

KiBa, Kirsch-Bananen Saft	0,3l / 0,5l Glas	3,00 € / 4,30 €
Kirschsaft	0,3l / 0,5l Glas	3,00 € / 4,30 €
Bananensaft	0,3l / 0,5l Glas	3,00 € / 4,30 €
Orangensaft	0,3l / 0,5l Glas	3,00 € / 4,30 €
Maracujasaft	0,3l / 0,5l Glas	3,00 € / 4,30 €
Rhabarbersaft	0,3l / 0,5l Glas	3,00 € / 4,30 €
Apfelsaft, naturtrüb	0,3l / 0,5l Glas	3,00 € / 4,30 €
Orangensaft, naturtrüb	0,1l Glas	1,00 €
Alle Säfte auch als Schorle	0,3l / 0,5l Glas	2,90 € / 4,20 €

## Proteinshakes (Energybody)

Erdbeere	Schoko	0,5l	Alle je 3,00 €
Hafer-Zimt	Schoko (vegan)		
Himbeer-Joghurt	Tiramisu		
Kokosnuss	Weißer Schoko		
Maracuja-Joghurt	Vanille		
Quark-Zitrone			

## Biere (frisch vom Fass)

Ols Pils	0,3l / 0,5l Glas	2,90 € / 4,00 €
Ols Naturtrüb	0,3l / 0,5l Glas	2,90 € / 4,00 €
Alsterwasser	0,3l / 0,5l Glas	2,90 € / 4,00 €

## Flaschenbiere

Erdinger Weißbier	0,5l Flasche	4,50 €
Erdinger Alkoholfrei	0,5l Flasche	4,50 €
Erdinger Grapefruit Alkoholfrei	0,33l Flasche	3,30 €
Erdinger Radler	0,33l Flasche	3,30 €
Weizen mit Bananennektar	0,5l Flasche	4,70 €
Störtebeker Bio „Alkoholfrei“	0,33l Flasche	3,50 €

## Weißwein

<b>Grüner Silvaner QbA, Weingut Hiestand, RHH</b>	0,2l Glas	<b>5,00 €</b>
trocken, birnig, fruchtig	0,75l Flasche	<b>18,00 €</b>
<b>Am Meer Strandcuvée, Pfalz, Rebsorten: Riesling/Rivaner<sup>h</sup></b>	0,2l Glas	<b>5,00 €</b>
trocken, frisch, fruchtig	0,75l Flasche	<b>18,00 €</b>
<b>Gewürztraminer Julius Knöll, Pfalz<sup>h</sup></b>	0,2l Glas	<b>5,00 €</b>
lieblich, duftig, ansprechend	0,75l Flasche	<b>18,00 €</b>

## Rotwein

<b>Merlot Torresella Gruppo Santa Mageritha<sup>h</sup></b>	0,2l Glas	<b>5,20 €</b>
trocken, dunkelbeerig, gehaltvoll	0,75l Flasche	<b>18,50 €</b>
<b>Cruse Cabernet Sauvignon Vin de Pays d'Oc IGP<sup>h</sup></b>	0,2l Glas	<b>5,20 €</b>
trocken, gehaltvoll, ansprechend	0,75l Flasche	<b>18,50 €</b>

## Roséwein

<b>Spätburgunder QbA, Weingut Pfaffmann, Pfalz<sup>h</sup></b>	0,2l Glas	<b>5,00 €</b>
halbtrocken, kirschtig, weich und angenehm	0,75l Flasche	<b>18,00 €</b>

**Alle Weine auch als Schorle** **4,50 €**

## Prosecco/Hugo

<b>Vino Frizzante Prosecco<sup>h</sup></b>	0,1l Glas	<b>2,50 €</b>
<b>Vino Frizzante Prosecco<sup>h</sup></b>	0,75l Flasche	<b>15,50 €</b>
<b>Piccolo, Prosecco</b>	0,2l Flasche	<b>3,80 €</b>
<b>Hugo<sup>h</sup></b>	0,2l Glas	<b>3,50 €</b>
<b>Hugo<sup>h</sup></b>	0,75l Flasche	<b>14,50 €</b>



## 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 €
	Lillet Blanc <sup>h</sup>	5 cl	5,50 €
	Lillet Wild Berry <sup>h</sup>	5 cl	5,90 €
Aperitif	Aperol Spritz <sup>a,h</sup>	0,2l	5,90 €
	Ramazotti Rosato	5 cl	3,50 €
	Rosato Mio	0,2l	5,90 €
	Martini Bianco <sup>h</sup>	5 cl	4,00 €
Bitter	Fernet Branca	2 cl	3,50 €
	Jägermeister	2 cl	3,00 €
	Ramazotti	2 cl	3,50 €
Obstler/Brände	Williams Birne	2 cl	3,50 €
	Haselnussgeist	2 cl	4,00 €
	Grappa Marzadro 2 cl		
	(Fragen Sie nach unserer Grappa-Karte)!		
Weinbrand	Cardenal Mendoza	2 cl	4,00 €
	Mariacron	2 cl	2,00 €
Long-Drinks (4cl)	Havana 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) Schwefeldioxyde u. Sulfite
  - i) Coffein
  - j) Chinin/Chininsalze
  - k) Taurin