



## BROT & MEHR

*Unsere Auswahl an Brot & Brötchen kann variieren, ihr findet z.B.:*

**Brot** Rosinen-Hefezopf<sup>VG</sup> | Hafer pur<sup>B/VG</sup> | Möhre Walnuss Brot<sup>B/VG</sup>  
Körnereck<sup>B/VG</sup> | Bauernbrot<sup>B/VG</sup> | Ciabatta<sup>VG</sup>

**Brötchen** Cranberry-Kartoffelchen<sup>BL/VE</sup> | Vollkornbrötchen<sup>BL/VE</sup>  
Kartoffelchen<sup>BL/VE</sup> | Mohn Sesam Kartoffelchen<sup>BL/VE</sup> | Kürbiskern-  
brötchen<sup>B/VG</sup> | Laugenstangen<sup>B/VG</sup> | Dinkel Müslistange Vollkorn<sup>B/VG</sup>

Buttercroissants<sup>B/VG</sup> | Glutenfreie Brötchen<sup>VE</sup> *werden a la Minute aufgegeben*

**Süßes Gebäck** Butter Nusskranz<sup>VG</sup> | Baklava<sup>VG</sup>

## AUFSTRICHE

*Unsere Auswahl von Servadei kann variieren, ihr findet z.B.:*

Haselnuss & Bio-Kakao<sup>BG/VG</sup> | Pistaziencreme<sup>BG/VG</sup> | Bitterorangen-  
Marmelade<sup>BG/VG</sup>

## KÄSE

Käseauswahl von Viani<sup>VG</sup> | Käseauswahl von Naturkost Elkershausen<sup>B/VG</sup>  
Labneh<sup>VG</sup> | Bio-Butter<sup>B/VG</sup> | Bio-Margarine<sup>B/VE</sup>

## FISCH

Räucherlachs<sup>GL</sup> | Räucherforelle<sup>GL</sup> | Sahnemeerrettich<sup>G/VG</sup>

## COLD CUTS

*Variierende Auswahl aus dem Viani Alimentari*

San Daniele Schinken<sup>GL</sup> | Fenchelsalami<sup>GL</sup> | Salami<sup>GL</sup>  
Toskanischer Rosmarin-Schinken<sup>GL</sup> *gekocht* | Roastbeef<sup>GL</sup>

## PIKANTES

Gemüse Antipasti & Oliven<sup>GL/VE</sup> | Kichererbsensalat<sup>GL/VE</sup> | Rote Bete<sup>L/VE</sup>  
Carpaccio<sup>GL/VG</sup> | Avocado Dip<sup>G/VE</sup> | Hummus<sup>G/VG</sup> | Tahini Soße<sup>G/VG</sup>  
Kirschtomaten<sup>GL/VG</sup> | Gurke<sup>GL/VG</sup> | Paprika<sup>GL/VG</sup>

## HONIG & KONFITÜRE

*Die Sorten unserer Konfitüren können variieren; z.B.:*

Heidelbeerkonfitüre<sup>GL/VE</sup> | Aprikosenkonfitüre<sup>GL/VE</sup> | Erdbeerkonfitüre<sup>GL/VE</sup>  
Imkerhonig<sup>GL/VG</sup> | Schokoladen-Nusscreme<sup>L/VG</sup>

## JOGHURT & MÜSLI & CO

Natur-Joghurt<sup>BG/VG</sup> | Quark<sup>BG/VG</sup> | Chia Pudding mit Mandelmilch<sup>VE</sup>  
Granola Müsli<sup>L/VG</sup> | Früchte Müsli<sup>VG</sup> | Cornflakes<sup>VG</sup> | Bircher Müsli<sup>VG</sup>

## GETROCKNETE FRÜCHTE & NÜSSE

Feigen<sup>GL/VE</sup> | Datteln<sup>GL/VE</sup> | Rosinen<sup>GL/VE</sup> | Cranberry<sup>GL/VE</sup> | Walnüsse<sup>GL/VE</sup>  
Geröstete Mandeln<sup>GL/VE</sup> | Kürbiskerne<sup>GL/VE</sup> | Geröstete Sonnenblumen-  
kerne<sup>GL/VE</sup> | Leinsamen geschrotet<sup>GL/VE</sup> | Agaven Dicksaft<sup>GL/VE</sup>

## FRÜCHTE

Ananas<sup>GL/VE</sup> | Wassermelone<sup>GL/VE</sup> | Trauben<sup>GL/VE</sup> | Obstsalat<sup>GL/VE</sup>  
Passionsfrüchte<sup>GL/VE</sup> | Feigen<sup>GL/VE</sup> | Kiwis<sup>GL/VE</sup> | Fruchtsoße Himbeere<sup>GL/VE</sup>  
& Fruchtsoße Mango<sup>GL/VE</sup>

## WARMES

Bacon<sup>GL</sup> | Frühstückseier<sup>BVGL/VG</sup> | Rührei<sup>BG/VG</sup>

## EAST OF ITALY - À LA CARTE

*Wir verwenden biozertifizierte Eier vom Bioland Hof Jörge Penk aus Moringen*

**Spiegeleier**<sup>BL/VG</sup>

**Pochiertes Ei**<sup>BL/VG</sup>

**Omelette**<sup>B/VG</sup> mit Rosmarin-Schinken<sup>GL</sup> | Gemüse<sup>VE</sup> | Käse<sup>VG</sup>

**Egg Benedict** Toast | Schinken | Hollandaise<sup>G</sup>

**Shakshuka**<sup>GL/VG</sup> Tomate | Paprika | Koriander | Ei

**Falafel Hummus**<sup>G/VG</sup>

**Avocado Brot** Bauernbrot | Tomate | Salat | pochiertes Ei<sup>VG</sup>

**Pancake** Dattelsirup | Waldbeeren<sup>VG</sup>

## KAFFEE & -SPEZIALITÄTEN

**Kaffee von Seeberger** Café Crème<sup>B</sup> | Milchkaffee<sup>B</sup>

Latte Macchiato<sup>B</sup> | Espresso<sup>B</sup>

**Trinkschokolade**<sup>BG</sup> von Seeberger

**Milch H-Milch** 1,5%<sup>BG</sup> | Haferdrink<sup>BL/VG</sup> | Sojadrink<sup>BGL/VG</sup>

**Laktosefreie Milch**<sup>BGL/VG</sup>

**Tee**<sup>BG/VE</sup> von Samova Digital Detox Früchtetee | Maybe Baby Früchtetee

Lazy Daze Earl Grey | High Darling Darjeeling | English Breakfast

Schwarztee | Space Cookie Gewürztee | Low Rider Grüntee | Heidis

Delight Kräutertee | Smooth Operator Kamillentee | Master Mint

Pfefferminztee | Orange Safari Rooibos | Team Spirit Grüntee | Gin

Soul Kräutertee

## GETRÄNKE

**Saft** Frisch gepresster Orangensaft<sup>L/VE</sup> | Naturtrüber Apfelsaft<sup>L/VE</sup>

**Mineralwasser** LAUT | LEISE

**FREIgeist Sekt** € 9 | 0.1 L

**EAST  
OF  
ITALY**

## LIEFERANTEN & LEGENDE

Seit 2022 arbeiten wir intensiv mit dem Bio-Landwirtschaftsbetrieb Penk zusammen. Seitdem stammen alle Eier, die wir verarbeiten, aus den mobilen und tiergerechten Hühnerställen.

Der bewegliche Stall bietet Raum für 800 Legehennen. Die artgerechte Haltung der Tiere steht dabei im Vordergrund. Zusätzlich steht den Tieren eine große Auslauffläche auf Klee gras zur Verfügung. Ist dieses abgefressen, versetzt der Landwirt den mobilen Hühnerschlag einfach um einige Meter. Den Legehennen steht nun ein frisches, unbenutztes Stück Grün zur Verfügung. Das garantiert beste Verpflegung der Hühner und fördert sowohl die Gesundheit der Tiere als auch die Qualität der Eier. So können wir nicht nur einen lokalen Erzeuger bei innovativer und artgerechter Tierhaltung unterstützen, sondern Dir auch täglich regionale Qualitätsprodukte anbieten.

- **B** Bio
- **G** Glutenfrei
- **L** Laktosefrei
- **VE** Vegan
- **VG** Vegetarisch

Falls du Fragen zu unseren Speisen hast, erkundige Dich gerne bei unseren FREIgeistern.



DE-ÖKO-039

### Restaurant EAST OF ITALY

Weender Landstraße 100 | 37075 Göttingen

info@east-of-italy.de | 0551 3038170

east-of-italy.de | #meinFREIgeist





++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++

EAST  
OF  
ITALY

●●●●  
●●●●  
●●●●  
●●●●

++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++

++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++

++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++  
++++++