



STELLSHAGEN & MEER
BIOLADEN UND BISTRO

Speisen & Getränke in 100% Bio-Qualität

Herzlich Willkommen in unserem Bioladen und Bistro in Tarnewitz. Wir sind eine Außenstelle des Gutshauses in Stellshagen. Unsere Zutaten stammen in der Saison zum Teil aus eigener Bioland-Landwirtschaft in Stellshagen, oder von regionalen Lieferanten, wie der Gläsernen Molkerei in Dechow, Biobauer Genzers aus Neuenhagen und der Mosterei Volk aus Klütz.

In unserer eigenen Biobackstube in Damshagen backen wir für Sie täglich frische Brötchen, Brot, Gebäck und leckere Kuchen.

Alle unsere Gerichte, auch Tagesgerichte können Sie glutenfrei, laktose- oder kaseinfrei, als auch eifrei bestellen.

DE-ÖKO-006

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite
DE-ÖKO-006

Frühstück in 100% Bio-Qualität

Kleines Strandfrühstück (enthält 1,5*) 5,50 €
2 halbe belegte Brötchen, 1 Pott Kaffee oder
1 Tasse Tee

Französisches Frühstück (enthält 1,5*) 6,90 €
2 Croissants, Butter, 2 Marmeladen,
1 Pott Kaffee oder 1 Tasse Tee

Mecklenburger Frühstück (enthält 1 *) 6,90 €
2 Brötchen, Butter, 2 Marmeladen, Käse, 1 Ei

Großes Strandfrühstück (enthält 1 *) 9,50 €
2 Brötchen, 1 Glas Saft, Fruchtjoghurt (oder
Sojajoghurt), Käse, Butter, Aufstrich, Marmelade, 1 Ei

Erdmandelfrühstücksbrei (enthält 9*) 5,50 €
mit frischen Früchten auch für Nussallergiker geeignet

Extras

1 Ei (weich/hart)	1,00 €
2 Rühreier	2,60 €
2 Spiegeleier	2,60 €
1 kl. Portion Obstsalat	4,90 €
1 gr. Portion Obstsalat	8,50 €
1 Portion Schlagsahne	0,50 €
1 Brötchen (enthält 1*)	1,00 €
1 Glutenfreies Brötchen	1,00 €
1 Laugengebäck (enthält 1*)	1,50 €
1 Croissant (enthält 1*)	1,50 €
Portion Butter	1,00 €
Portion Marmelade oder Honig	1,00 €
Portion Aufstrich	1,50 €
2 Scheiben Käse	2,00 €
2 Scheiben vegetarischer Aufschnitt (enthält 1,4*)	2,00 €
Fruchtjoghurt oder Sojajoghurt	2,00 €

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite



Warme bio-vegetarische Küche

täglich bis 14:30 Uhr

Tagessuppe

kleine Suppe (ca. 250ml) **3,90 €**

große Suppe (ca. 500ml) **5,20 €**

Zu unseren Suppen reichen wir hausgebackenes Brot (enthält 1*)
aus unserer Bio-Backstube mit Butter oder Margarine

Salatvariation

kleiner Salatteller **4,50 €**

großer Salatteller **6,00 €**

Anti-Pasti-Teller „Toscana“ mit getrockneten
Tomaten, eingelegten Oliven und Artischocken **8,90 €**

Guacamole (Avocado-Dip) mit Röstbrot **4,70 €**

Bratkartoffeln

mit 2 Spiegel- oder Rühreiern und Salatbeilage **7,90 €**

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite

DE-ÖKO-006



Kartoffelpuffer

Wir reiben Ihnen die Kartoffel frisch herunter, ein Gedicht! (auf Wunsch auch ohne Ei zubereitet)

mit Apfelmus (enthält 2,5*) **5,90 €**

mit Salat & Kräuterdip (enthält 2,5*) **6,90 €**

mit Käse, Salat und Kräuterdip (enthält 2,5*) **8,90 €**

(Kartoffelpuffer gratiniert mit Emmentaler Käse und garniert mit frisch gehackten Gartenkräutern, ähnlich Berner Käserösti)

Für Kinder

Nudeln mit Kindertomatensoße **4,60 €**

Nudelgericht

Pasta nach Tagesangebot oder mit hausgemachtem Pesto

6,90 €

(auch glutenfrei möglich) (enthält 1,5,6*)

Nachspeisen

nach Tagesangebot, bitte fragen Sie uns!

**Bitte achten Sie auf unser täglich wechselndes
Kuchen- und Tortenbuffet!**

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite
DE-ÖKO-006



Warme Bio-Getränke

Pott Schümli (<i>Kaffee Crema</i>)	2,30 €
Cappuccino (enthält 5*)	2,80 €
Latte Macchiato (enthält 5*)	3,20 €
Milchkaffee (enthält 5*)	3,20 €
Espresso	1,90 €
Espresso doppelt	2,60 €
Espresso Macchiato (enthält 5*)	2,10 €
Espresso Macchiato doppelt (enthält 5*)	3,00 €
Getreidekaffee (enthält 1*)	2,10 €
Getreidemilchkaffee (enthält 1,5*)	3,20 €
Getreidecappuccino (enthält 1,5*)	2,80 €
Heiße Schokolade (enthält 5*)	2,80 €
Heiße Schokolade mit Sahne (enthält 5*)	3,30 €
Glas Milch	2,10 €
Glas Tee	2,30 €

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite
DE-ÖKO-006



Bio-Limonaden

Bionade verschiedene Sorten	0,33l	2,90 €
------------------------------------	-------	---------------

Bitte fragen Sie uns

BioZisch-Limonade verschiedene Sorten (enthält 10*)	0,33l	2,90 €
---	-------	---------------

Bitte fragen Sie uns

Mineralwasser

Viva con Aqua „leise“ (ohne Kohlensäure)	0,33l	2,10 €
--	-------	---------------

	0,75l	4,50 €
--	-------	---------------

Viva con Aqua „laut“ (mit Kohlensäure)	0,33l	2,10 €
--	-------	---------------

	0,75l	4,50 €
--	-------	---------------

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite
DE-ÖKO-006



Bio-Fruchtsäfte

Alle Fruchtsäfte sind Direktsäfte aus kontrolliert biologischem Anbau von der Firma Voelkel, oder Pressungen von Früchten unserer eigenen Streuobstwiesen.

Apfelsaft naturtrüb	0,2l	2,20 €
	0,5l	4,40 €
Apfelsaftschorle	0,2l	1,90 €
	0,5l	3,90 €
Orangesaft	0,2l	2,40 €
	0,5l	4,80 €
Rhabarbersaft	0,2l	2,40 €
	0,5l	4,80 €
Kleine Saftschorle alle Säfte	0,2l	1,90 €
Große Saftschorle alle Säfte	0,5l	3,90 €
Flasche Saft	0,7l	6,00 €

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite
DE-ÖKO-006



Bio-Brauspezialitäten

Störtebeker Bernstein-Weizen (enthält 1*)	0,5l	3,90 €
<i>Naturlassenes, obergäriges Hefeweizen mit 12,9% Stammwürze und 5,3% vol. Alkohol</i>		
Störtebeker Roggen-Weizen (enthält 1*)	0,5l	3,90 €
<i>Naturlassenes, obergäriges dunkles Hefebier aus Roggen & Weizen, mit 12,9% Stammwürze und 5,4% vol. Alkohol.</i>		
Störtebeker Hefe-Weizen alkoholfrei (enthält 1*)	0,5l	3,90 €
<i>Naturlassenes, alkoholfreies Hefeweizen, eingebraut mit 12,9% Stammwürze</i>		
Lammsbräu Alsterwasser / Radler (enthält 1*)	0,5l	3,90 €
Lammsbräu Glutenfrei Alkoholfrei	0,33l	2,90 €
Lammsbräu Dunkel Alkoholfrei (enthält 1*)	0,33l	2,90 €
Lammsbr. Alsterwasser / Radler Alkoholfrei (enthält 1*)	0,33l	2,90 €

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite

DE-ÖKO-006



Bio-Weißweine & Sekt

Gutshaus Caprice (enthält 10*)	0,21	4,50 €
<i>Silvaner, Chardonnay, Gewürztraminer (vegan)</i>		
<i>Weingut Höfflin, Schambachhof, trocken. Dieses frisch-fruchtige Weißweincuvée passt zu leichten Gemüsespeisen.</i>		
<i>Alkoholgehalt: 11,0 Vol %</i>		
Weißweinschorle	0,21	3,70 €
Scheurebe Feinherb (enthält 10*)	0,21	4,90 €
<i>Jahrgang 2013, Weingut Engelhard, halbtrocken</i>	0,75l	13,90 €
<i>Dieser frische und unglaublich facettenreiche Weißwein kommt spritzig und harmonisch mit einer zarten Würze daher. (vegan)</i>		
<i>Alkoholgehalt: 10,5 Vol %</i>		
VivoLoVin Brut (enthält 10*)		
<i>Weintyp fruchtbetont & harmonisch, frischer trockener Sekt, schönes fruchtiges Bouquet, feine Aromen von reifen Früchten, geschmeidig und fein-perlig. So macht das Leben Spaß! 12% vol. Alkohol</i>		
Piccolo	0,21	4,50 €
Imperial	0,75l	14,90 €
Prosecco Treviso DOC Frizzante (enthält 10*)	0,375l	7,50 €
<i>Leicht prickelnder Perlwein mit verführerischem Duft</i>		

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite
DE-ÖKO-006



Bio-Rotwein

Gutshaus Cuvée (enthält 10*)	0,2l	4,50 €
<i>Spätburgunder, Regent, Dornfelder</i>		
<i>Weingut Höfflin, Schambachhof, trocken. Ein schlankes Cuvée mit schönem Duft.</i>		
<i>Alkoholgehalt: 12% vol.</i>		
Rosso Dolce (enthält 10*)	0,2l	4,90 €
<i>Giol bei Venedig, halbtrocken</i>	0,75l	13,90 €
<i>Weintyp fruchtbetont und harmonisch. Der venezianische Klassiker mit weicher ausdrückstarker Restsüße. (vegan)</i>		
<i>Alkoholgehalt: 12 Vol %</i>		
Rotweinschorle	0,2l	3,70 €

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite
DE-ÖKO-006



Bitte achten Sie auf unser täglich wechselndes
Kuchen- und Tortenbuffet!

Unsere Bio-Backstube in Damshagen liefert darüber
hinaus auch Torten und Gebäck für besondere und
auch alltägliche Anlässe.

Ihre Spezialität sind z.B. Geburtstags- und
Hochzeitstorten...!

Wir nehmen gerne Ihre Bestellung entgegen

Alle verwendeten Zutaten stammen aus kontrolliert
biologischem Anbau DE-ÖKO-006

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite
DE-ÖKO-006



Allergene

Liebe Gäste, wir haben die Allergene in unseren Speisen durchnummeriert. Bitte achten Sie auf die Allergene, die Sie nicht vertragen. Vielen Dank,

Ihr Team vom Bioladen Stellshagen & Meer

- 1) Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut), sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- 2) Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse
- 3) Erdnüsse
- 4) Sojabohnen und daraus hergestellte Erzeugnisse
- 5) Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse
- 6) Nüsse, d.h. Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Kaschunüsse, Cashewkerne, Pekannüsse, Paranüsse, Pistazien, Makadamianüsse,
- 7) Sellerie
- 8) Senf
- 9) Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse
- 10) Schwefeldioxid und Sulphite in Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l
- 11) Lupinen und daraus hergestellte Erzeugnisse

* Kennzeichnung enthaltener Allergene – Auflistung siehe letzte Seite
DE-ÖKO-006