

FRÜHSTÜCK & BRUNCH

- bis 12:30 Uhr erhältliche Spezialitäten -
- Getränke in der Hauptkarte -



TECKOLO

Café. Bistro. Laden.

Herzlich
willkommen
im Herzen von
Tecklenburg.

Das **TECKOLO - Café. Bistro. Laden.**
bietet Euch eine reichhaltige Auswahl an
verschiedenen Frühstücks- und Brunchvariationen.

Vegetarisch. Vegan. Süß. Herzhaft.
Hier bleiben keine Wünsche offen.

Genießt die einmalige Atmosphäre im Herzen
von Tecklenburg - **Start Your Day Right.**

Milch-Alternativen (Soja, Hafer, Mandel, Kokos, Laktosefrei)
und Alternativen bei bestehenden Allergien oder
Unverträglichkeiten sind bei uns jederzeit erhältlich.

Sprecht uns gerne an.

Euer #teamteckolo

Ingwer-Shot

Ingwer, Zitrone,
Orange, Apfel,
Agavendicksaft
0,1l



TECKOLO FRÜHSTÜCK

TECKOLO FRÜHSTÜCK ^{ACME}

Brotauswahl (Dinkel-Roggen, Dinkel-Brioche, Dinkel-Vollkorn),
Käseauswahl, Tomate, Gurke, Butter, Marmelade, Honig,
Rührei (Bio), frische Früchte, Salat, Optimum-Gewürz, Hausdressing*

1 Person
ab 2 Personen (pro Person)

French-Toast Berry ^{AC}

Dinkel-Brioche-Brot, Butter, Ei (Bio),
warmer Früchte-Mix, frische Früchte,
Joghurt, Agavendicksaft, Zimt

Bonjour Tecklenburg ^A

Dinkel-Brioche-Brot, Butter, Marmelade,
frische Früchte, Salat, Optimum-Gewürz, Hausdressing*

Wander-Frühstück ^{AH}

Dinkel-Vollkornbrot, Frischkäse, Butter, Marmelade,
frische Früchte, Salat, Optimum-Gewürz, Hausdressing*

Sweet Banana Waffel ^A

Dinkel-Waffel, Banane, Joghurt, Ahornsirup (Bio)

Breakfast Waffel ^{AC}

Dinkel-Waffel, Avocado (Guacamole), Tomate,
Salat, Optimum-Gewürz, Spiegelei (Bio), Hausdressing*

Joghurt Bowl - Frische Früchte ^A

Frischer Joghurt, frische Früchte,
Agavendicksaft, Dinkel-Hafer-Crunch
groß | klein

Joghurt Bowl - Banane-Honig ^{AH}

Frischer Joghurt, Banane, Nussmischung
(Mandel, Cashew, Haselnuss, Walnuss),
Honig, Dinkel-Hafer-Crunch
groß | klein

Joghurt Bowl Kids

Frischer Joghurt, bunte Streusel
groß

Porridge - Frische Früchte ^{AH}

Warmer Hafer-Porridge, frische Früchte,
Nussmischung (Mandel, Cashew, Haselnuss, Walnuss),
Zimt, Agavendicksaft

Porridge - Blueberry-Choc ^A

Warmer Hafer-Porridge, Blaubeeren,
Schoko-Chunks, Schokoraspel, Agavendicksaft

Porridge - Apfel-Zimt ^A

Warmer Hafer-Porridge, warmer Apfelkompott,
Apfel, Agavendicksaft, Zimt

German Brotzeit^{AH} 🌿 🍃

Dinkel-Vollkornbrot, Frischkäse, Tomate,
Gurke, Salat, Optimum-Gewürz, Hausdressing*

Feige Ziege^{AMO} 🍃

Dinkel-Roggen-Brot, Ziegenfrischkäse, Feige (getr.),
Feigensenf, Salat, Optimum-Gewürz, Hausdressing*

Bella Italia^A 🍃

Dinkel-Roggen-Brot, Pesto Rosso, Salat, Tomate,
Mozzarella, Balsamico, Optimum-Gewürz, Hausdressing*

Bienvenido a Mexico^A 🌿 🍃

Dinkel-Roggen-Brot, Avocado (Guacamole),
Tomate, Salat, Optimum-Gewürz, Hausdressing*

Hellas Greece^{AH} 🌿 🍃

Dinkel-Vollkornbrot, Ziegenfrischkäse, Fetakäse,
Apfel, Salat, Optimum-Gewürz, Agave, Hausdressing*

Beilagen zur Brotzeit:

TECKOLO Rührei^C 🌿 🍃 ✂️

3 Eier

TECKOLO Spiegeleier^C ✂️

2 Eier



Egg-Drop Sandwich

Egg-Drop Sandwich ^{ACM} 🌿

Dinkel-Brioche, Pesto Rosso, Cocktailsoße,
Tomate, Gurke, Rührei, Salat, Hausdressing*

TECKOLO Omelett ^{AC} 🌿

Frisches Omelett, Tomate, Dinkel-Roggen-Brot
Früchte, Salat, Optimum-Gewürz, Hausdressing*
(auf Wunsch mit etwas Butter zum Brot)


mit Fetakäse
mit Frischkäse, Tomate, Salat
mit Tomate, Mozzarella, Balsamico
mit Gemüse (Tomate, Zucchini, Paprika)


Veganer Rührei ^{AF} 🌿


Saftiger Tofu, Kurkuma, Tomate,
Milchalternative, Kala-Namak, Dinkel-Roggen-Brot,
Früchte, Salat, Optimum-Gewürz, Hausdressing*


mit veganem Fetakäse
mit Gemüse (Tomate, Zucchini, Paprika)

Wir wünschen
Euch einen
guten Start
in den Tag!

 100% Vegan

 Vegane Alternativen erhältlich

 100% Glutenfrei

 Glutenfreie Alternativen erhältlich

* **Hausdressing**

Rapsöl, Zitrone, Orange,
Agavendicksaft, Optimum-Gewürz

Allergene

Bitte beachtet, dass, trotz besonderer Vorsicht,
eventuelle Kreuzkontaminationen nicht
zu 100% auszuschließen sind.

A Getreide

C Eier

E Erdnüsse

F Sojabohnen

H Nüsse

L Sellerie

M Senf

N Sesam

O Schwefeldioxid, Sulfite

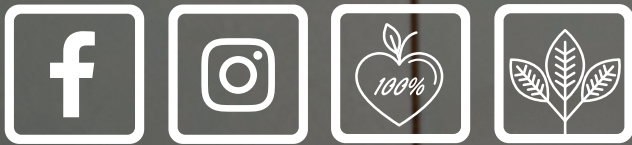
Regelmäßig verarbeitete **Früchte**:

Apfel, Kiwi, Banane, Blaubeere, Brombeere,
Orange, Himbeere, Erdbeere, Johannisbeere,
Traube, Nektarine, Granatapfelkerne

Ihr habt weitere **Fragen**?

Sprecht uns gerne an.

Euer #teamteckolo



WWW.TECKOLO.DE

Markt 2 | 49545 Tecklenburg | 05482 - 41 89 798