

Starter

Edamame^f (grüne Sojabohnen).....3,50€
(Natur, mit Chili o. Salz)

+ Dip nach Wahl

Cocos & Curry (vegan).....1,00€

Erdnuss-Chili (vegan).....1,00€

Spicy Mango (vegan).....1,00€

Edamame Hummus mit Mixed Pickles^f (vegan).....4,90€



Lo'ke Bowl

(Beliebige Basis: Blumenkohlreis, Low Carb Pasta oder Quinoa)

LASH Lo'ke Bowl^{f, g, k} (Sashimi Lachs, Edamame, Avocado, Rüben, Salat).....13,90€

Vegan Bowl^f (Kräuterseitling, Edamame, Avocado, Rüben, Salat).....12,90€

Dragon Bowl^{f, g, k} (Sashimi Lachs, Drachenfrucht, Papaya, Koriander, Salat).....13,90€

Steak Bowl (Rumpsteak, Sweet Potato Mash^a, Tomatenmix, Koriander, Salat).....14,90€

Chicken Bowl (Chipotle Chicken, Papaya Mix, Guacamole, Salat).....12,90€

Dressing:
Soya Sesam oder
Erdnuss Chili?



Steakstone

(Alle Steaks inkl. einer Beilage)

Filetsteak 200g / 250g.....28,90 / 32,90€

Hüftsteak 200g / 250g.....22,90 / 26,90€

+ jede weitere Beilage

Pastinaken Püree^a.....3,95€

Side Salad^{f, g, k}.....3,95€

Sweet Potato Mash^a.....3,95€

Tacos

(Käse Tacos)

3 Steak Tacos^{a, c} (Rumpsteak, Sweet Potato Mash, Tomatenmix, Koriander).....13,90€

3 Chicken Tacos^{a, c} (Chipotle Chicken, Papaya Mix, Guacamole).....11,90€

+ Dip nach Wahl: Spicy Mango oder Sour Cream^a

LASH

Low Carb and Fresh

Soup

Gelbe Beete Kokos ⁱ (vegan).....	7,90€
Pastinaken ^{h,i} (vegan).....	7,90€

Salads

LASH Rainbow Salad ^{f,g,k} (wahlweise vegan, mit Hähnchen- oder Steakstreifen).....	10,90 / 12,90 / 13,90€
Winter & the City (Kürbis, Walnuss, Orange).....	12,90€

Bread & Breakfast

(auf Eiweißbrot^{f,g,k})

Avocado, Frischkäse & Ei (mit Salat ^{f,g,k}).....	3,90€
Rote Beete Creme ^h (mit Salat ^{f,g,k}).....	3,90€
Thunfisch Creme ^a (mit Salat ^{f,g,k}).....	3,90€
Sweetcella Banane ^{1,2} (mit einer Handvoll Mandeln, Erd- oder Walnüssen).....	4,90€
Peanut Jelly (mit einer Handvoll Mandeln, Erd- oder Walnüssen).....	4,90€
Blaubeer Skyr ^{a,1}	4,90€
Karottenwalnussalat ¹ (süß, vegan).....	4,90€

Breakfastdeal 9,90 €



Sweets

(Erythrit & Stevia als Zuckerersatz)

Sweet Kitcen Muffins ^{1,a,c,e,f,h,m}	ab 3,10€
Sweet Kitcen Donuts ^{1,a,c,e,f,h,g,m}	ab 2,80€

Freakyshake

(Erythrit & Stevia als Zuckerersatz)



Oreo Shake ^{1,a,c,f,h,m}	8,90€
Raffaello Shake ^{1,a,c,f,h,m}	7,90€
Pink Berry Shake ^{1,a,c,f,h,m}	8,90€
Schoko Shake ^{1,a,c,f,g,h,m}	7,90€
Butterlemon Shake ^{1,a,c,f,g,h,m}	6,90€

DIE KENNZEICHNUNG DER ALLERGENE UND ZUSATZSTOFFE

Sämtliche Hauptspeisen werden frisch zubereitet und sind frei von Zusatzstoffen!

Allergene:

- a) Milch, b) Krebstiere, c) Eier, d) Fisch, e) Erdnüsse, f) Soja,
g) glutenhaltig, h) Schalenfrüchte, h1) Mandeln, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesamsamen,
l) Sulfite, m) Lupinen

Zusatzstoffe:

- 1) Süßungsmittel, 2) mit Konservierungsstoff

Coffee / Iced Coffee

Espresso ³ / 2x.....	2,20 / 3,00€
Espresso Macchiato ^{3,a}	2,40€
Café Crema / Americano ³	2,60€
Cappuccino ^{3,a} 0,2l / 0,3l.....	2,80 / 3,50€
Café Latte ^{3,a}	3,50€
Latte Macchiato ^{3,a}	3,50€
Bullet Proof Coffee ³	3,90€
Avoccino ^{3,b} (vegan).....	4,80€
Low Carb Cacao ^{3,b} (sweetcella).....	3,90€
Extras	
+ Espresso Shot.....	0,80€
+ Laktosefrei, Soja-, Kokos-, Mandelmilch.....	0,80€
+ Decaf.....	1,00€

Tea

KEO ³ (diverse Sorten).....	3,00€
Fresh Mint.....	3,20€
Fresh Ginger.....	3,20€

Homemade Refreshers

(Sugarfree)

Fresh Bio Lime (Limette, Minze) 0,25l / 0,4l.....	3,20 / 4,20€
Kolala (Kolanuss, Orange) 0,25l / 0,4l.....	3,20 / 4,20€
Wild Berry (Waldbeere, Zitrone) 0,25l / 0,4l.....	3,20 / 4,20€

Smoothies

Tropi (Papaya, Orange) 0,4l.....	4,90€
Green Smoothie (Kokos, Spinat, Ingwer) 0,4l.....	4,90€

Fresh Juices

Crazy Carrot (Karotte, Apfel, Zitrone) 0,25l / 0,4l.....	4,20 / 5,40€
Popeye Juice (Apfel, Spinat) 0,25l / 0,4l.....	4,20 / 5,40€
Orangensaft 0,25l / 0,4l.....	3,50 / 4,80€

Shots

Pur (Ingwer).....	2,50€
Spicy & Sweet (Ingwer, Apfel).....	2,80€
Granate (Ingwer, Granatapfel).....	3,00€
Guarana Shot (Guarana, Granatapfel).....	3,00€
Amino Shotgun (BCCA, Eigelb, Zitronensaft).....	2,80€

Softdrinks



Wasser (Spreequell; still, classic) 0,25l / 0,75l.....	2,50 / 5,80€
Fever-Tree (Ginger Ale, Smoky Ginger Ale, Tonic Light, Lemon Tonic) 0,2l.....	2,80€
ChariTea (black, green, mate) 0,33l.....	2,80€
Lemonaid (Limette, Maracuja, Ingwer) 0,33l.....	2,80€
Fritz-Spritz (Bio Apfel, Bio Rhabarber, Bio Traube) 0,2l.....	2,50€
Fritz-Kola (Fritz Kola/zuckerfrei) 0,33l.....	2,80€

Energy & Vital Drinks



Schwarze Dose (acai, zero) 0,25l.....	3,50€
Ffeel Koldbrew (Coconut Mango, Calamansi Tangerine, Grapefruit Yuzu) 0,33l.....	3,80€
Vitamin Well (Hydrate, Reload, Care) 0,5l.....	4,20€

Longdrinks



Gin Tonic ⁴ 0,4l.....	7,50€
Moscow Mule ⁴ 0,4l.....	7,50€

Bier



Berliner Pilsner 0,33l.....	3,60€
Lübzer (Pils, Radler, Alkoholfrei) 0,33l.....	3,80€
Tiger Beer 0,33l.....	3,80€
Grevensteiner (naturtrüb) 0,33l.....	3,60€
Paulaner Weizen (naturtrüb) 0,5l.....	3,60€

Sekt & Rosé



Cie Crémant de Loire ^c 0,1l / 0,75l.....	6,50 / 32,00€
Brezza Lungarotti Rosé ^c 0,2l / 0,75l.....	5,50 / 20,00€

Weißwein



Grauburgunder Abril ^c (Bio) 0,2l / 0,75l.....	6,10 / 27,00€
Weißweinschorle ^c 0,2l.....	4,50€
Chardonay Qba Spiess ^c 0,2l / 0,75l.....	6,10 / 27,00€

Rotwein



Merlot D.Q. Gies ^c 0,2l / 0,75l.....	5,90 / 22,00€
Primitivo MontePiet ^c 0,2l / 0,75l.....	4,20 / 17,00€

DIE KENNZEICHNUNG DER ALLERGENE UND ZUSATZSTOFFE

Allergene:

a) Milch, b) Mandeln c) Schwefeldioxid

Zusatzstoffe:

1) Süßungsmittel, 2) mit Konservierungsstoff, 3) koffeinhaltig, 4) chininhaltig