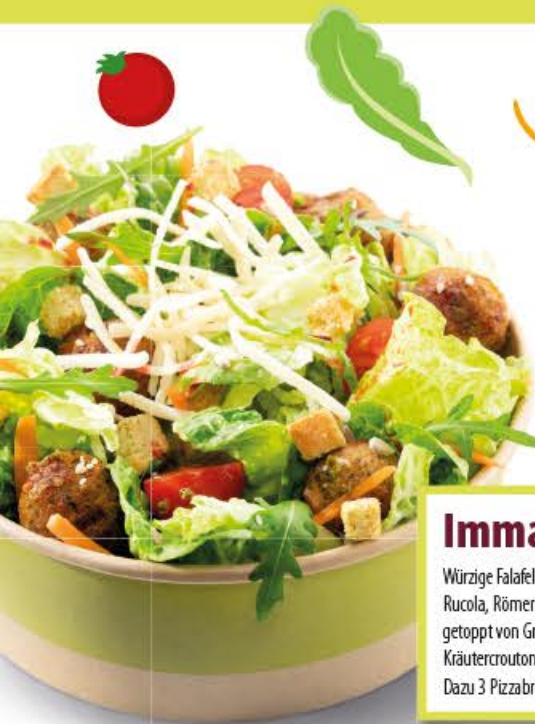


ISS DOCH MAL SALAT!



Ilyas
In Basilikum-Pesto marinierte saftige Kirschtomaten, köstliche Mozzarella-Würfel und Rucola.
Dazu 3 Pizzabrötchen. **8,95 €**

Immanuel
Würzige Falafeln auf einem rein pflanzlichen Salat aus Kirschtomaten, Rucola, Römervalat, Esbergssalat, Möhren und kräftiger Pesto, getoppt von Granatapfelsirup³, Sesam, Sonnenblumenkernen, Kräutercroutons und Simply V Reibeguss.
Dazu 3 Pizzabrötchen und ein Dressing nach Wahl. **9,95 €**

Elmedina
Fattoush-Salat mit kräftig mariniertes, gebratener Hähnchenbrust², Römervalat, Esbergssalat, Rucola, Möhren und Kirschtomaten. Getoppt von sauer-süßem Granatapfelsirup³ und knusprig frittierten Brotchips¹. Dazu 3 Pizzabrötchen und ein Joghurt-Dressing². **10,95 €**



Kleiner Beilagen-Salat
Esbergssalat, Römervalat, Rucola, Möhren und Kirschtomaten.
Dazu ein Dressing nach Wahl. **3,45 €**

Ab jetzt in unserem Standardangebot!

MUNDFEIN PIZZAWERKSTATT

Osterwalder Straße 5a
30827 Garbsen
0 51 31 - 46 32 20



Wir akzeptieren sofortige Schecks.
Girocard-Zahlung bitte bei Bestellung ankündigen!

www.mundfein.de

Bestellung per APP, online oder telefonisch

Mindestbestellwert (ohne Getränke und Eis):

Garbsen, Berenbostel.....	7,00 €
Stelingen, Osterwald (Oberende), Meyenfeld.....	10,00 €
Altgarbsen, Engelbostel, Marienwerder, Schwarze Heide, Havelse, Heitlingen, Nordhafen.....	15,00 €
Osterwald (Unterende), Horst, Frielingen.....	20,00 €
Godshorn.....	25,00 €
Schloß Ricklingen.....	30,00 €

Weitere Liefergebiete auf Anfrage oder unter mundfein.de

25 % Selbstholerrabatt auf alles
außer Eis, Getränke und Mittagsangebote

Inhaber: Abaci/Voigt GbR
Vertretungsberechtigte: Gesellschaftler: Erdal Abaci & Alexandra Voigt
Weitere Informationen unter mundfein.de/standorte

Dies & Das

Pizzabrötchen mit einem Dip nach Wahl

6 Stück mit knusprigem Weizengrieß ⁴	3,75 €
6 Stück mit Käse ⁶ überbacken +1€ = Y	4,75 €
6 Stück mit Mehrkornbelag ⁸	4,75 €
8 Stück gefüllt mit Käse ⁶ +1€ = Y	5,45 €
8 Stück mit Mehrkornbelag ⁸ gefüllt mit Käse ⁶ +1€ = Y	6,75 €

Kreieren Sie Ihre Pizzabrötchen mit Zutaten aus dem Baukasten.

Chicken Strips Spicy (scharf)

8 Stück mit einem Dip nach Wahl.....	6,95 €
14 Stück mit zwei Dips nach Wahl.....	10,45 €

HAUSGEMACHT!

MUNDFEIN Dips

Curry-Dip ⁸ , pikanter Asia-Dip ⁷ , Aioli-Dip ^{6,9,3} (m. Knob.), Kräuter-Joghurt-Dip ^{6,9,3} (m. Knob.) oder Barbecue-Dip ¹	1,60 €
---	--------

HAUSGEMACHT!

MUNDFEIN Dips

Curry-Dip ⁸ , pikanter Asia-Dip ⁷ , Aioli-Dip ^{6,9,3} (m. Knob.), Kräuter-Joghurt-Dip ^{6,9,3} (m. Knob.) oder Barbecue-Dip ¹	1,60 €
---	--------

Allergen-Hinweise: ¹Gluten Weizen, ²Gluten Gerste, ³Gluten Hafer, ⁴Gluten Roggen, ⁵Krebstiere, ⁶Ei, ⁷Fisch, ⁸Erdnuss, ⁹Soja, ¹⁰Milch oder Laktose, ¹¹Mandeln, ¹²Pekannuss, ¹³Cashewüsse, ¹⁴Sellerie, ¹⁵Sesam, ¹⁶Sulfite, ¹⁷Lupinen, ¹⁸Weichhiere, ¹⁹Haselnüsse. Kreuzkontaminationen können nicht ausgeschlossen werden. Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe: ¹konserviert, ²mit Antioxidationsmitteln, ³mit Farbstoff, ⁴mit Geschmacksverstärker, ⁵Oliven geschwärtzt, ⁶geschwärtzt, ⁷mit Phosphat, ⁸mit Süßungsmitteln, ⁹koffeinhaltig, ¹⁰enthält eine Phenylalaninquelle. Alle weiteren Infos zu Angaben laut LMV und verpackten Lebensmitteln entnehmen Sie bitte unserer Internetseite www.mundfein.de/ produktinformationen. Mit Erscheinen dieser Speisekarte verlieren alle vorangegangenen Versionen ihre Gültigkeit.

Süßes



Frauke
Kleines Kaiserschmarrn-Dessert mit Rosinen, fruchtigem Kirschkompott und Puderzucker. **2,95 €**

SIA Eis – Das Geschmackserlebnis aus Schweden
Verschiedene Sorten (auch Y)..... 500 ml
Mehr Infos unter www.mundfein.de oder telefonisch.

Ben & Jerry's Ice Cream
Verschiedene Sorten..... 465 ml
Mehr Infos unter www.mundfein.de oder telefonisch.

Getränke

Erfrischungsgetränke
Verschiedene Sorten
Mehr Infos unter www.mundfein.de oder telefonisch..... je 11 Mehrwegflasche **3,05 €** inkl. 0,15 € Pfand

alkoholische Getränke

Beck's Pils ¹⁶ (5,70 €/Liter 4,9% Vol)..... je 0,5 l Mehrwegflasche	2,90 €
inkl. 0,08 € Pfand	
Weißwein Pinot Grigio ¹⁶ (11,93 €/Liter 11,9% Vol), Rotwein Merlot ⁹ (11,93 €/Liter 13% Vol)..... je 0,75 l Flasche	8,95 €
Prosecco ⁹ (12,60 €/Liter 13% Vol)..... je 0,75 l Flasche	9,95 €

MUNDFEIN PIZZAWERKSTATT

Über 40 x in Deutschland

So viel fein muss sein.

ISS DOCH MAL SALAT



Für alle Selbstholer:
25% Rabatt auf alles
außer Eis, Getränke und Mittagsangebote



Online bestellen unter: www.mundfein.de

Mittagsangebote!



jeweils nur **6,95 €**

Pizzabrötchen

Salami +
8 Pizzabrötchen mit Salami^{1,2,3} + Champignons und Käse + ein Dip nach Wahl

Hirtenkäse +
8 Pizzabrötchen mit Hirtenkäse + Spinat (m. Knoblauch) und Käse + ein Dip nach Wahl

Pizza

Marko
Pizza 26 cm ø mit Tomatensauce, Käse, Salami^{1,2,3}, roten Zwiebeln und Jalapenos

Amsterdam
Pizza 26 cm ø mit Sauce Hollandaise, Käse, Broccoli und Hinterkochen^{12,7}

Pizza +2
Pizza 26 cm ø mit einer Pizzasauce, Käse + zwei Belägen (1,60 €-Preisklasse) nach Wahl*

Nudeln

Melanie
Penne mit Käse-Sahnesauce, Champignons, Möhren und Zucchini

Paulina
Penne mit Tomatensauce, Mozzarella und Basilikum-Pesto¹

Nudeln +2
Penne mit Tomatensauce + zwei Zutaten (1,60 €-Preisklasse) nach Wahl*

Salate

Marion
Unser gemischter Salat mit Hinterkochen^{12,7}, Ananas und 1 Dressing nach Wahl

Mira
Unser gemischter Salat mit Hirtenkäse, grünen Oliven² und 1 Dressing nach Wahl

Salat Y +1
Unser gemischter Salat, dazu 1 Dressing + eine Zutat (1,60 €-Preisklasse) nach Wahl*

Suppen

Käse-Hack-Suppe
Würzige Käse-Rinderhackfleisch Suppe mit Lauch, Croutons und Kräutern

Tomarta-Suppe
Fruchtige Tomatensuppe aus vollreifen Tomaten, mit frischen Kräutern und Kräutercroutons

Snacks

Hähnchen
– 3 Hähnchenkeulen^{A,F} oder – 8 Chicken Strips Spicy^{A,F,L} mit je einem Dip nach Wahl

Mittags-Menüs

+ Dessert
Beliebiges Mittagsgericht + 1 Dessert Frauke (siehe Rückseite)

+ Getränk
Beliebiges Mittagsgericht + 1 Softgetränk 1 l nach Wahl** (siehe Rückseite)

je Menü nur 8,95 €

* siehe Baukasten, ** zzgl. 0,15 € Pfand

Bestellen

per App, unter mundfein.de oder telefonisch



0 51 31 - 46 32 20

Salate

- Gemischter Salat** ^{A,AG,G,P}
Eisbergsalat, Römersalat, Rucola, Möhren und Kirschtomaten **6,75 €**
- Paris** ^{A,AG,G,P}
gem. Salat mit gebratenen Champignons und mariniertes Hähnchenbrust^{2,4} **10,25 €**
- Caesars Salat** ^{A,C,G,L}
gem. Salat mit geriebenem Grana Padano¹ und Kräutercroutons **8,45 €**
+ Pestohähnchen^{1,4,C,G,H} **+ 2,70 €**
- Helena** ^C
gem. Salat mit Hirtenkäse, grünen Oliven² und roten Zwiebeln **9,95 €**
- Capra** ^{G,M}
gem. Salat mit Ziegenkäse und Honig, Cranberries, Sonnenblumen- und Sesamkernen **9,95 €**

Zu jedem Salat ein hausgemachtes Dressing nach Wahl:
helles Balsamico-Dressing^{M,1,2} , Caesar^{C,F,G,M}, pikantes Haus^{C,L,M,2}, Joghurt^{C,G,2} (m. Knoblauch)

Extra Dressing **1,60 €**

Zu jedem Salat 3 Pizzabrötchen ^{A,AG,P} **GRATIS**

Ergänzen Sie Ihren Salat mit Zutaten aus dem Baukasten

Baukasten So individuell wie Sie!

Jede Pizza ^{A,AG,P} ist bereits mit Tomaten-, Hollandaise^{C,G,1}, Zitronen-Hollandaise^{C,G,1}, heller Curry^{C,G,L,M,Q,3} oder Barbecue-Sauce¹ und Käse⁶ belegt (alternativ Bolognese-Sauce^{1,2,6} mit Rinderhackfleisch + 1,00 €). Die Pizzabrötchen ^{A,AG,P} im Baukasten sind bereits mit Käse⁶ gefüllt.

	Pizza ca. 26 cm Ø	Pizza ca. 36 cm Ø	Calzone	8 gefüllte Pizzabrötchen
Grundpreis:	6,75 €	11,45 €	7,45 €	5,45 €

Beläge/Zutaten: Hinterkochen^{1,2,7}, Salami^{1,2,3}, Bacon^{1,2,7}, Speckwürfel^{1,2,7}, Möhren, Sardellen⁹, grüne Oliven², schwarze Oliven³, Kapern, Mais, Broccoli, Kirschtomaten, Champignons, Paprika, Ananas, Lauch, Ei⁵, rote Zwiebeln, Spinat (m. Knoblauch), Zucchini, Peperoni, Jalapenos⁵, Basilikum-Pesto⁴, extra Käse⁶, Mozzarella-Käse⁶, Mehrkom-Belag⁴, Hollandaise^{C,G,1}, Barbecue¹, Sweet-Chilli-Sauce

	Pizza ca. 26 cm Ø	Pizza ca. 36 cm Ø	Calzone	8 gefüllte Pizzabrötchen
Preis pro Belag:	1,60 €*	2,70 €	1,60 €	1,60 €

Beläge/Zutaten: Hähnchenbrust^{2,4}, Thunfisch⁹, Tandoori-Hähnchen^{1,M,2,3}, Chicken Strips^{A,1,1} (scharf), Gambas⁹, Sucuk^{M,1,2,4,7} (türk. Knoblauchwurst), Serrano-Schinken^{1,2}, Hirtenkäse⁶, Grana Padano^{1,C,6}, Ziegenkäse⁶, Rucola, Cranberries, Artischocken, Bolognese-Sauce^{1,2,4} (Rinderhackfleisch), Rinderhackfleisch

	Pizza ca. 26 cm Ø	Pizza ca. 36 cm Ø	Calzone	8 gefüllte Pizzabrötchen
Preis pro Belag:	2,70 €*	4,80 €	2,70 €	2,70 €

Gratis auf Wunsch: Knoblauchöl oder scharfe Sauce^{1,4}.

* Diese Preise gelten auch, wenn Sie Nudelgerichte, Aufläufe oder Salate ergänzen wollen.

Pizza

- Margherita** ^{A,AG,G,P} **+1€ = Y**
Tomatensauce und Käse **6,75 €** (ca. 26 cm Ø) / **11,45 €** (ca. 36 cm Ø)
- Salami** ^{A,AG,G,P}
Tomatensauce, Salami^{1,2,3} und Käse **8,45 €** (ca. 26 cm Ø) / **14,45 €** (ca. 36 cm Ø)
- Hawaii** ^{A,AG,G,P}
Tomatensauce, Ananas, Hinterkochen^{1,2,7} und Käse **9,45 €** (ca. 26 cm Ø) / **16,45 €** (ca. 36 cm Ø)
- Thunfisch** ^{A,AG,G,P}
Tomatensauce, Thunfisch, rote Zwiebeln und Käse **9,45 €** (ca. 26 cm Ø) / **16,45 €** (ca. 36 cm Ø)

- Serrano** ^{A,AG,C,G,P}
Tomatensauce, Rucola, Serrano-Schinken^{1,2}, Grana Padano¹ und Käse **10,95 €** (ca. 26 cm Ø) / **20,75 €** (ca. 36 cm Ø)

- Landhaus** ^{A,AG,C,G,L,P}
Barbecue-Sauce, Paprika, Bacon^{1,2,7}, Mais, rote Zwiebeln und Käse **10,45 €** (ca. 26 cm Ø) / **19,95 €** (ca. 36 cm Ø)

- Klaus-Peter** ^{A,AG,G,L,P}
Barbecue-Sauce, kräftig mariniertes Rinderhackfleisch, Speckwürfel^{1,2,7}, Lauch, rote Zwiebeln, Käse und frische Kräuter **9,45 €** (ca. 26 cm Ø) / **16,75 €** (ca. 36 cm Ø)

- Prachtvoll** ^{A,AG,C,G,L,P}
Sauce Hollandaise, Broccoli, Zucchini, Kirschtomaten, Hähnchenbrust^{2,4}, rote Zwiebeln und Käse **11,45 €** (ca. 26 cm Ø) / **20,75 €** (ca. 36 cm Ø)

- Fullhouse** ^{A,AG,C,G,L,P}
Calzone mit Sauce Hollandaise, Thunfisch, Spinat (m. Knoblauch), Champignons, roten Zwiebeln und Käse **10,95 €** (ca. 26 cm Ø)

- Marina** ^{A,AG,C,G,L,P}
Zitronen-Hollandaise-Sauce, Gambas, Spinat (m. Knoblauch), Kirschtomaten, Zucchini und Käse **11,45 €** (ca. 26 cm Ø) / **20,75 €** (ca. 36 cm Ø)

- Henryk** ^{A,AG,C,G,L,M,Q,P}
Helle Curry-Sauce³, Tandoori-Hähnchen^{2,3}, Paprika, Lauch, Champignons, rote Zwiebeln, Sweet-Chilli-Sauce und Käse **11,45 €** (ca. 26 cm Ø) / **20,75 €** (ca. 36 cm Ø)

- Sunstrip** ^{A,AG,C,E,L,M,N,P}
Gefüllte Mehrkornmehlgasche mit Remouladensauce¹, knackigem Salat und scharfen Chicken Strips **9,95 €**

- Tomke** ^{A,AG,G,P}
Tomatensauce, geröstete Pinienkernen, Pesto-Kirschtomaten, Rucola und Simply V Reibegeuss **10,95 €** (ca. 26 cm Ø) / **17,95 €** (ca. 36 cm Ø)

- Sucuk** ^{A,AG,G,P,M}
Tomatensauce, Sucuk (türkische Knoblauchwurst)^{1,2,4,7}, Hirtenkäse, Paprika, rote Zwiebeln und Käse **10,95 €** (ca. 26 cm Ø) / **20,75 €** (ca. 36 cm Ø)

- Aloka** ^{A,AG,R,N,P}
Gefüllte Mehrkornmehlgasche mit Falafeln, Basilikum-Pesto, Tomatensauce, Kirschtomaten, Möhren und Rucola **10,95 €**

Nudeln & Aufläufe

Wählen Sie zwischen Tagliatelle, Penne oder Spaghetti.

- Tomarta** ^{A,C,G,L} **+1€ = Y**
mit Tomatensauce und Grana Padano¹ **8,95 €**
- Bolognese** ^{A,C,G,Q}
mit Rinderhackfleischsauce^{2,6} und Grana Padano¹ **9,45 €**
- Aglio & Olio** ^{A,C,G} (sehr scharf) **+1€ = Y**
mit Olivenöl, Chili, Knoblauch und Grana Padano¹ **8,95 €**
- Veggiepasta** ^{A,C,G,L} **+1€ = Y**
mit Tomatensauce, Champignons, Spinat (m. Knoblauch), Lauch, Broccoli, Kirschtomaten, Möhren und Grana Padano¹ **9,95 €**

- Pastachick** ^{A,C,G,H}
mit Pesto-Sahne, Champignons, Hähnchenbrust^{2,4}, Kirschtomaten, Möhren und Grana Padano¹ **10,45 €**
- Pesto** ^{A,C,G,H} **+1€ = Y**
mit Basilikum-Pesto, Pinienkernen und Grana Padano¹ **9,45 €**

- Schinken-Sahne** ^{AG}
mit Käse-Sahnesauce, Hinterkochen^{1,2,7}, Lauch und Champignons **9,45 €**

- Wildlachs Deluxe** ^{A,C,G,H,L} **NEU!**
ganzes mit Pesto gratiniertes Wildlachsfilet auf Nudeln mit Zitronensauce, Kirschtomaten, Spinat (m. Knoblauch) und Lauch ... **13,95 €**

- Gambasta Deluxe** ^{A,C,G,L,M,Q}
mit Curry-Hollandaise³, Sweet-Chilli-Sauce, Gambas, Zucchini, Zuckerschoten, roten Zwiebeln, Möhren und Grana Padano¹ **11,45 €**

- Lasagne** ^{A,C,G,Q,2,6} **9,45 €**

- Kartoffel-Gemüse-Auflauf** ^{C,G} **NEUE REZEPTUR!**
Broccoli, Möhren, Champignons, Kartoffeln, Zuckerschoten und Sahnesauce. Mit Käse überbacken **9,45 €**

- Extras** zu Ihrem Nudelgericht oder Auflauf

- 3 Pizzabrötchen** ^{A,AG,P} **+ 1,00 €**

- mit extra Käse⁶ überbacken** **+1€ = Y** **+ 1,00 €**

Ergänzen Sie mit weiteren Zutaten aus unserem Baukasten.

- z.B. **Mozzarella-Käse⁶** **+ 1,60 €**

Laufen ist gut für alles.

Spart Euch gesund.

Der Schrittzähler auf unserem Smartphone macht uns ja nicht selten den Vorwurf, dass wir unser tägliches Schrittziel nicht erreicht haben. Auch die Wahl zwischen Schrittziele und Aufzug lässt unseren inneren Schweinehund schon einmal ganz schön laut werden. Obwohl wir natürlich alle wissen, dass Laufen gut für das Herz, die Kondition, die Muskulatur, die Gelenke und vor allem für die Stimmung ist, laufen die meisten Menschen zu wenig. Ausgenommen natürlich die eifersüchtigen Jogger unter Euch. Es kommt noch besser: Wer viel läuft, senkt sein biologisches Alter, vermindert den Blutdruck, hilft seinem Gedächtnis auf die Sprünge und verbessert sogar seine Sehkraft. Ernsthaft?! Absolut! Dann schaut jetzt genau hin: Alle Selbstabholer bekommen bei uns einen Rabatt*. Das heißt: Ihr bestellt einfach online oder telefonisch und holt Euch die leckeren Gerichte anschließend, am besten zu Fuß oder mit dem Fahrrad, bei uns ab. Das ist gut für Eure Gesundheit und Euer Budget. Besser kann es doch nicht laufen.

Es grüßt Euch herzlich Euer MUNDFEIN-Team.

*individueller Selbstabholer-Rabatt bei den teilnehmenden Pizzawerkstätten

Wir haben alle rein pflanzlichen Gerichte und solche, die es durch Simply V Reibegeuss⁶ (Aufpreis + 1 €) werden können, markiert.