

Verehrter Gast,
herzlich Willkommen im Vital Bistro des AquaOlsberg.
Unsere Küche ist für Sie durchgehend von 12.00 bis 20.00 Uhr
geöffnet.

Lassen Sie sich in unseren Gastronomiebereichen bei gutem Essen
und einem erfrischenden Getränk verwöhnen.

Unser Dankeschön an Sie:

- ab einem Mindestverzehr von 5,00 € p. P. erhalten Sie eine
Zeitgutschrift von 30 Minuten*,
- ab einem Mindestverzehr von 10,00 € p. P. erhalten Sie eine
Zeitgutschrift von 60 Minuten*.

* nur gültig für die Bereiche Freizeitbad, Sole und Sauna
beim Morgentarif-Sole max. bis 14.00 Uhr
beim Morgentarif-Sauna max. bis 15.00 Uhr

Ihr AquaOlsberg Team

Beste gast,

van harte welkom in het AquaOlsberg.

Onze keuken is voor u van 12.00 tot 20.00 uur geopend.

Laat u verwennen in onze restaurants met lekker eten en een verfrissend drankje.

Als dank krijgt u:

- vanaf een consumptie van minstens € 5,00 per persoon een tijd tegoedbon van 30 minuten*
- vanaf een consumptie van minstens € 10,00 per persoon een tijd tegoedbon van 60 minuten*

* alleen geldig in het Freizeitbad, het Sole en in de Sauna

bij een morgen-tarief sole max. tot 14 uur

bij een morgen-tarief sauna max. tot 15 uur

Ihr AquaOlsberg Team

Frühstück

Der energiereiche Start in den Tag!

Herzhaftes Frühstück 9,80€

gemischter Brötchenkorb, Butter, Marmelade,
Nutella, Aufschnitt, Käse und 1 Glas Orangensaft

Kleines deftiges Frühstück 4,80 €

belegtes Baguette mit Remoulade, Salat, Gurke,
Tomate und wahlweise Schinken oder Käse

Kleines süßes Frühstück 4,20 €

Baguette mit Butter, Honig, Nutella und Marmelade

Nach Wunsch auch mit:

- Rührei 1,50 €
- Obstsalat 2,50 €
- Müsli mit Milch 3,00 €

Dazu erhalten Sie eine Tasse Kaffee, Tee oder Schokolade.
Unser Frühstück servieren wir Ihnen zwischen 10 und 12 Uhr.

Für unsere kleinen Gäste

(Für Kinder bis 12 Jahre)

Klein

Fein

Mein

Tick, Trick und Track 4,60 €

3 Chicken Nuggets mit Ketchup und Pommes

Nemo 5,20 €

Hamburger mit Pommes und Ketchup

Käpt'n Hook 5,90 €

kleines Schnitzel mit Pommes und Ketchup

Zu jedem Menü bekommt ihr ein kleines Softgetränk (0,2l)

Sinalco Cola

Sinalco Zitrone

Sinalco Orange

Sinalco Cola Light

Mineralwasser

Sinalco Apfelschorle

Vorspeisen

Unsere kleinen Klassiker, ganz groß!

Tomatencremesuppe 4,80 €

mit Kräuter Crème und Baguettebrot

Hausgemachte Gulaschsuppe 5,50 €

mit frischem Baguettebrot

Mixteller 5,20 €

Jeweils drei Chicken Nuggets, Frühlingsrollen und Falafelbällchen mit zwei Dips nach Wahl:

- Sweet Chili
- Kräuterquark
- Snack Dressing
- Cocktail

Gesunde Küche nach Pfarrer Kneipp

„Man soll dem Leib etwas Gutes bieten,
damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.“

Bandnudeln	9,50 €
in Spinatrahm mit getrockneten Tomaten und gebratenen Streifen von der Putenbrust	
	klein/groß
Salatteller	4,50 € / 6,50 €
frische Rohkost- & Blattsalate	
Wellness Salat	6,50 € / 8,50 €
frische Rohkost- & Blattsalate, Schinken, Käse und Ei	
Bauernsalat	6,90 € / 8,90 €
FrISChe Rohkost- & Blattsalate, Thunfisch, Zwiebeln, Ei und Oliven	

Fitness Salat

7,90 € / 9,90 €

Frische Rohkost- & Blattsalate,
gebratene Putenbruststreifen
und frisches Obst

Olsberger Kneipp Salat

10,50 €

Frische Blattsalate mit Kräutervinaigrette,
gebratenen Putenbruststreifen
und sautierten Champignons

Zu allen Salattellern reichen wir Ihnen frisches Baguettebrot.

Wählen sie aus unseren hausgemachten Dressings:

Joghurt

Cocktail

Kräutervinaigrette

oder Balsamico Essig und Olivenöl (Menage)



Hauptspeisen

Schnitzel

- „Wiener Art“ 10,50 €
- mit Champignonrahmsauce 11,50 €
- „Zigeuner-Art“ 11,50 €
- mit gebratenen Champignons und Zwiebeln 12,90 €

wählen Sie dazu Ihre Beilage

- Pommes Frites
- Kartoffelspalten

Zu allen Schnitzelgerichten reichen wir einen kleinen Beilagensalat.

Sauerländer Krüstchen 8,90 €

Schweineschnitzel auf Toast mit Champignonrahmsauce und Spiegelei, dazu eine kleine Salatbeilage

Putengeschnetzeltes 12,50 €

in pikantem Curryrahm, dazu Reis und Salat

Gebratene Nudeln

10,50 €

mit asiatischem Gemüse und Streifen von der
Putenbrust, in Soja- und Chilisauce

Flammkuchen

8,20 €

„Elsässer Art“

Ofenkartoffel

mit Kräuterdip, gebratenen Putenbruststreifen
und Salat

8,90 €

*„Die Nahrung ist nur dann zuträglich und gesund,
wenn sie der Natur des Menschen zuträglich ist
und von ihr verarbeitet wird.“*

Sebastian Kneipp

Vegetarische Küche

*Eine kleine Portion Glück – ganz ohne Fisch und
Fleisch*

Leichte Kartotten-Ingwer Suppe 4,20 €
mit frischem Vollkornbaguette

Potatoe Wedges 5,20€
mit Kräuterquark und einer kleinen Salatbeilage

Bandnudeln 7,20 €
in Tomatensauce mit frischem Rucola
und Parmesan

Salat „Aqua Vital“ 6,90 €/8,90 €
frische Rohkost- & Blattsalate, kleine
Falafelbällchen und knackigen Kerne

Ofenkartoffel

- mit Kräuterdip und frischem Salat 6,20 €
- mit Kräuterdip, frischem Salat
und gebratenen Champignons 8,40 €

Für den kleinen Hunger
zwischen

<i>Pommes Frites</i>	2,20 €
<i>Hamburger</i>	2,80 €
<i>Cheeseburger</i>	3,00 €
<i>Crispy Chicken Burger</i>	3,80 €
<i>6 kleine Frühlingsrollen</i>	3,50 €
<i>6 Chicken Nuggets</i>	4,00 €
<i>9 kleine Falafelbällchen</i>	4,50 €
<i>Baguette „al Forno“</i>	5,20 €
<ul style="list-style-type: none">- überbacken mit Thunfisch, Zwiebeln, Tomate und Gurke, dazu eine kleine Salatbeilage- überbacken mit Schinken Tomate und Gurke dazu eine kleine Salatbeilage	

<i>Bratwurst</i>	3,00 € / 4,50 €
mit Brötchen oder Pommes	
<i>Currywurst</i>	3,30 € / 4,80 €
mit Brötchen oder Pommes	
<i>Ketchup/ Salatmayonnaise / Senf</i>	0,30 €

*„Wer bemüht ist sein eigenes Glück zu suchen, der
ist auch den anderen gern behilflich dazu“*

Sebastian Kneipp

Melitta Kaffee-

Spezialitäten und mehr

Café Crème	2,00 €
Café Crème Pott	2,50 €
Tasse entkoffeinierter Kaffee	2,00 €
Pott entkoffeinierter Kaffee	2,50 €
Cappuccino "Classico"	2,70 €
Cappuccino "Italiano" (stark)	2,70 €
Cappuccino "Top Foam" (fester Milchschaum)	2,70 €
Milchkaffee	3,20 €
Latte Macchiato "Classico"	3,20 €
Latte Macchiato "Top Foam"	3,20 €
Tasse heiße Schokolade	2,20 €
Pott heiße Schokolade	2,50 €
Tasse weiße Schokolade	2,20 €
Pott weiße Schokolade	2,70 €
Portion Sahne	0,80 €

Sag mir die schönen drei Worte:

„Hier dein Kaffee.“

Frische Waffeln nach Omas Hausrezept

Frische Waffeln mit Puderzucker 2,50 €

Bestellen Sie dazu (Aufpreis):

- Sahne 0,80 €
- Schokoladensoße 1,00 €
- heiße Kirschen 1,00 €
- 1 Kugel Eis nach Wahl 1,20 €

Schlemmerwaffel 5,50 €

mit heißen Kirschen, 1 Kugel Eis nach Wahl
und Sahne

Apfelstrudel

- mit Vanillesauce 2,90 €
- mit Vanillesauce und Sahne 3,70 €
- mit Vanillesauce, 1 Kugel Eis nach Wahl
und Sahne 4,90 €

Mit allen Sinnen

genießen - <<Gschwender>>

Tee trinken.

Darjeeling 2,40 €

ein vollmundiger, schwarzer Tee
aus biologischem Anbau

Lebensfreude 2,40 €

erlesene Kräuter mit milder
leicht süßer Note

Heiß und innig 2,40 €

fruchtig-spritziger Mix aus erntefrischen
Himbeeren und Erdbeeren, abgerundet
mit einem Hauch Vanille

Pfefferminz 2,40 €

der duftige, erfrischende Kräuterklassiker

Green Manjolai 2,40 €

Duftig frischer Grüntee vom südlichsten Zipfel
Indiens aus biologischem Anbau

Multivitamin

2,40 €

Früchtemischung mit dem Aroma von Zitronen und Orangen

Kamillentee

2,40 €

Kamillentee, neben dem Pfefferminztee der bekannteste Wildpflanzentee überhaupt, ist sehr wohltuend und aromatisch

Rooibostee

2,40 €

Sahnig-weiche Caramel-Noten umspielen die natürliche Süße des Rooibos.

Niehoff's Vaihinger

Fruchtsäfte (0,2l)

Saft in seiner feinsten

Form.

- | | |
|---|--------|
| - Orange | 2,40 € |
| - Apfel | 2,40 € |
| - rote Traube | 2,40 € |
| - Multivitamin | 2,40 € |
| - schwarze Johannisbeere | 2,40 € |
| - Kirsch | 2,40 € |
| - Banane | 2,40 € |
| - Tomate | 2,40 € |
| Alle Säfte auch als Schorle erhältlich (0,5l) | 3,60 € |
| - KiBa-Kirsch-Banane (0,4l) | 4,80 € |

Molke – der Fitmacher

Durch die Kombination von langkettigen Kohlenhydraten, 10 lebenswichtigen Vitaminen, 2 Mineralstoffen und dem Gehalt an Molke, ist es ideal für die Versorgung des Körpers bei starker und langandauernder körperlicher Beanspruchung geeignet.

Finden Sie Ihren Geschmack!

Glas 0,5l 3,50€

Erdbeer

Ananas

Kiwi-Pfirsich

Buttermilch-Limette

schwarze Johannisbeere

Waldmeister

Himbeer

Banane

Zitro-Orange

Cranberry

Vanille

Capuccino

Alkoholfreie Getränke

Sinalco

Cola	0,3l/0,5l	2,20€/ 3,30€
Cola Light	0,3l/0,5l	2,20€/ 3,30€
Orange	0,3l/0,5l	2,20€/ 3,30€
Zitrone	0,3l/0,5l	2,20€/ 3,30€
Apfelschorle	0,3l/0,5l	2,20€/ 3,30€

Graf Metternich

- Mineralwasser classic	0,25l	2,00 €
- Mineralwasser still	0,25l	2,00 €

Bionade

- Holunder	0,33l	2,70 €
- Zitrone-Bergamotte	0,33l	2,70 €
- Ingwer-Orange	0,33l	2,70 €
Tönnissteiner Mineralwasser	1l	3,80€
Sauerländer Naturwasser	1l	2,00 €

Wein & Sekt

Jechtinger Spätburgunder Weißherbst	0,25 l	4,20 €
Tilmann Franken trocken	0,25 l	4,20 €
Jechtinger grauer Burgunder trocken	0,25 l	4,20 €
Jechtinger Spätburgunder	0,25 l	4,20 €
Freixenet Piccolo	0,25 l	4,80 €

Biere

Warsteiner Pils v. Fass	0,3 l / 0,5 l	2,20 / 3,30 €
mit einem Schuss:		
Sinalco Cola ^{2,13}	0,3 l / 0,5 l	2,20 / 3,30 €
Sinalco Orange ^{2,6}	0,3 l / 0,5 l	2,20 / 3,30 €
Sinalco Zitrone ^{2,6}	0,3 l / 0,5 l	2,20 / 3,30 €
Warsteiner Pils alkoholfrei ³	Fl. 0,33 l	2,30 €
Isi Malta Malzbier ^{2,6}	Fl. 0,33 l	2,30 €

Weißbiere König Ludwig

Weißbier vom Fass	0,3l / 0,5l	2,60 / 3,60 €
Weißbier Hefe	Fl. 0,5l	3,30 €
Weißbier Dunkel	Fl. 0,5l	3,30 €
Weißbier alkoholfrei	Fl. 0,5l	3,30 €

*Im Maße liegt die Ordnung.
Jedes zuviel und zuwenig setzt anstelle von
Gesundheit die Krankheit.*

Sebastian Kneipp

Liebe Gäste,
Informationen über Zutaten in unseren Speisen,
die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können,
erhalten Sie gerne auf Nachfrage bei unseren
Servicemitarbeiterinnen.

Zusatzstoffe:

- | | |
|-------------------------------------|--------------------|
| 1 mit Konservierungsstoff | 8 Phenylalanin |
| 2 mit Farbstoff | 10 geschwefelt |
| 3 mit Antioxidationsmittel | 11 geschwärzt |
| 4 mit Geschmackverstärker | 13 koffeinhaltig |
| 5 mit Phosphat | 14 chininhaltig |
| 6 mit Zuckerarten und Süßungsmittel | 16 mit Milcheiweiß |
| 7 mit Süßungsmittel | |