



Willkommen in unserem Bistro

Die Zubereitungszeiten können je nach Auftragslage zwischen 20 und 30 Minuten dauern. Essensbestellungen sind ausschließlich zum Verzehr im Studio bestimmt. **Außer Haus Bestellungen sind nicht möglich.** Wir bitten um Verständnis.

Frühstückszeiten Bestellannahme:

Mo. – Fr. ab 09.30 Uhr bis 11.00 Uhr
Sa. – So. (Feiertags) ab 10.30 Uhr bis 12.00 Uhr

Küchenzeiten warme Küche Bestellannahme:

Mo. – Fr. 10.00 Uhr bis 12.30 Uhr
18.00 Uhr bis 21.00 Uhr
Sa. – So. (Feiertags) 11.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Küchenzeiten kalte Küche Bestellannahme:

Mo. – Fr. 10.00 Uhr bis 21.30 Uhr

Küchenzeiten Kinderessen Bestellannahme:

Sa. – So. (Feiertags) 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr

Frühstück



Mo. – Fr. ab 10.00 Uhr
Sa., So. und
Feiertage ab 11.00 Uhr



Achtung
Neue Preise

Frühstück süß **2,50 €**

2 Brötchen, Butter, Marmelade
oder Honig

Frühstück Standard **4,50 €**

2 Brötchen, Butter, Kochschinken, Käse,
Marmelade oder Honig

Dazu wahlweise:

- Extra Brötchen **0,60 €**

Frühstück Sportler

1 Scheibe Toast mit 2 Rühreiern **2,10 €**

2 Scheiben Toast mit 3 Rühreiern **4,00 €**

Fitness-Breakfast 0,5l A,C **3,20 €**
(Eiweiß + Naturjoghurt 0,1% Fett + MyLine Müsli)



Kalte Küche

**Von Montag bis Freitag zwischen
10.00 Uhr und 21.30 Uhr**

bieten wir euch auch außerhalb unserer
warmen Küchenzeiten folgendes Angebot an:

Salat gemischt

mit Brot und Dressing nach Wahl 5,20 €

- extra Thunfisch _G **1,70 €**
- extra Hirtenkäse ₂ **1,70 €**
- extra Käse ₁/Schinken _{2,4} **1,70 €**

wahlweise mit folgendem Dressing:

- American Dressing _{2,7,C,D,E}
- French Dressing _{2,7,C,D} oder
- Essig _{2,7} & Öl

Salat Cesar

**mit Brot, Croutons _{5,A,C,H}, Parmesankäse und
Cesardressing _{C,D,E,I} 5,70 €**





Letzer Service/Auslieferung für warme Speisen wie folgt:

Mo. – Fr.	vormittags	13.00 Uhr
	abends	21.30 Uhr
Sa., So. u. Feiertage	um 18.00 Uhr	



Wechselnde Zusatzangebote – bitte Tafel beachten

Vollkorntoast 2 Scheiben mit Rührei und Salatbeilage **4,20 €**

Vollkorntoast 2 Scheiben mit Rührei/ Hähnchenstreifen und Salatbeilage **5,90 €**

Chicken Wings ^A mit BBQ Sauce ^{2,5,6,7,A,D,H} und kleinem gemischten Salat **7,90 €**

Kartoffel mit Sourcream ^{3,C,D,E} und Salatbeilage **5,20 €**

wahlweise mit:

- extra Thunfisch ^G **1,70 €**
- extra Hirtenkäse ² **1,70 €**
- extra Hähnchenstreifen **1,70 €**



QUICKBORN

extra Käse 1/Schinken 2,4

- extra Scampi 4,8

1,70 €

2,90 €

Salate

Letzer Service/Auslieferung für warme Speisen wie folgt:

Mo. – Fr.	vormittags	13.00 Uhr
	abends	21.30 Uhr
Sa., So. u. Feiertage	um	18.00 Uhr



Salat Cesar

mit Brot, Croutons 5,A,C,H, Parmesankäse und
Cesardressing C,D,E,I

5,70 €

Salat gemischt

mit Brot und Dressing nach Wahl

5,20 €

wahlweise mit:

- extra Thunfisch G **1,70 €**
- extra Hirtenkäse 2 **1,70 €**
- extra Käse 1/Schinken 2,4 **1,70 €**
- extra Hähnchenstreifen **1,70 €**
- extra Scampi 4,8 **2,90 €**

wahlweise mit folgendem Dressing:



alkoholische Getränke

Becks 0,3l	2,50 €
Desperados 0,3l ⁵	3,00 €
Erdinger Weißbier 0,3l Rot/Rosé/ Weißwein 0,25l	2,50 €
Sekt 0,25l	2,60 €
Sekt Flasche Freixenet 0,7l	8,50 €
Flasche Prosecco 0,7l	6,00 €
Prosecco auf Eis 0,3l	2,50 €

alkoholfreie Getränke

Erdinger alkoholfrei 0,3l	2,50 €
Orangensaft 0,2l	1,50 €
Cola und Cola Zero 0,2l ^{1,8,9}	1,50 €

Kaffee, Espresso, Tee

1,50 €

für Nichtmitglieder

Kinderessen



Samstag, Sonntag und an Feiertagen um 12.00 Uhr

bieten wir Euch für Eure Kinder zum Verzehr
im Kinderhort folgendes Essen an:

Achtung
Neue Preise

Minipizza Salami ^{2,3,4,A,C,D} **3,00 €**

Nudeln ^A **1,70 €**

Chicken Nuggets 4 Stk. ^{3,A} **1,70 €**

Fischstäbchen ^A **1,70 €**

Pommes ^F
mit Majo ^{2,7,D,E,G} oder Ketchup ^{2,6,7} **1,70 €**

Buttergemüse ^C **1,70 €**

Das Essen muss bitte bis spätestens 11.30 Uhr am Tresen bestellt werden.

Angaben Zusatzstoffe für alle Speisen und Getränke:

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 1 mit Farbstoff | A Weizen (Glutenhaltig) |
| 2 mit Antioxidationsmittel | B Schwefeloxide und Sulfite |
| 3 mit Geschmacksverstärker | C Milch und Lactose |
| 4 mit Konservierungsstoffen | D Senf |

Sportpark Quickborn - Robert-Bosch-Straße 4-8 - 25451 Quickborn
Speisekarte

5 mit Aromastoffen
6 mit Süßungsmitteln
7 geschwefelt
8 mit Phosphat
9 Koffein

E Ei
F Erdnüsse
G Soja
H Sellerie
I Fisch