



SPEISECAFÉ

**Trachtenvogl**

Sommer

## **Gutes Klima**

Der Trachtenvogl ist der Ort, an dem Ihr die Welt für ein paar Stunden vergessen dürft - wir übernehmen derweil das Handeln im Sinne der Umwelt für Euch. Als gastronomischer Betrieb, der täglich hunderte Gäste bewirbt, sehen wir uns in der Pflicht, so verantwortungsvoll wie möglich mit unserer Umwelt und den Produkten, mit denen sie uns täglich versorgt, umzugehen. Und wir sind auf einem guten Weg: In Zukunft werdet Ihr Euren Kaffee togo ausschließlich im schicken Recup-Becher erhalten - wir kaufen keine Wegwerf-Becher mehr nach. Das Recup-System, dem sich mittlerweile über 2600 Betriebe angeschlossen haben, ermöglicht es uns und Euch, wertvolle Ressourcen zu schonen - denn Umweltbewusstsein fängt schon beim Einkauf an. Wir entscheiden uns bei unserer Milch gegen Tetra-Pack, und für recyclebare Verpackung im 10l-Karton, lassen unser Obst und Gemüse in offenen Kisten liefern und setzen auf große Stückware, um den Müll, den auch die Gastronomie täglich mitverschuldet, auf ein Minimum zu reduzieren. Die braunen Servietten, die Ihr in Eurem Besteckkrug findet, sind recycled und werden CO<sup>2</sup>-neutral hergestellt. Wir trennen Restmüll, Bio, Karton und Glas. Ihr auch? Wir sind stolz darauf, unsere Produktionskette ziemlich genial optimiert zu haben. "Eine gute Küche verliert nix" heißt es bei uns. Produkte, die nicht verkauft wurden, werden bei uns größtenteils weiterverarbeitet. Die Brezen wandern in unsere begehrten Spinat-Brezn-Knödel, Croissants kommen in die Böden unserer hausgemachten Kuchen. Unser Küchenteam kümmert sich darum, dass keine Lebensmittel umsonst in den Müll wandern. Unsere Welt versorgt uns mit allem was wir brauchen, deswegen müssen wir ihre natürlichen Kreisläufe schützen. Wir im Trachtenvogl respektieren die Regeln der Natur und kaufen soweit es geht regional und saisonal ein. Unser Frischfleisch kommt von zertifizierten Bio-Metzgern. Der Kaffee reist im direct-trading nach Garmisch, von wo aus unser Röster Hardy Wild soziale Projekte in den Anbaugebieten unterstützt. Bei uns laufen Kaffee und Musik, und es glühen die Herdplatten bis in die Nacht. Das verbraucht eine Menge Energie. Wir beziehen unseren Strom deshalb ökologisch über die Stadtwerke München - und natürlich tankt auch unser Betriebsfahrzeug mit E-Antrieb im Hinterhof Ökostrom. Wir haben unsere Buchhaltung digitalisiert und sparen nun eine Menge Papier..

Falls Ihr noch Ideen habt, wie wir in Zukunft noch umweltschonender sein können, sprecht uns gerne darauf an. Jeder von uns kann klüger werden. Und konsequent danach handeln. Lasst es uns gemeinsam anpacken. Euer Trachtenvogl-Team.



**Frühstück**

## **Frühstück \* täglich 9:00-14:30 Uhr**

<b>Kleines Frühstück</b> ✓	<b>6,90</b>
frisch gebackenes französisches Croissant mit Butter, Marmelade, Nutella, Honig und einem Joghurt mit Früchten mit kl. Birchermüsli statt Joghurt <b>+2,80</b>	
<b>Weißwurstfrühstück</b>	<b>6,90</b>
ein Paar bayerische Weißwürste <sup>3) 8)</sup> vom Metzger Gassner mit Breze und süßem Münchner Senf	
<b>Großes Frühstück</b>	<b>12,90</b>
ein weich gekochtes Frühstücksei, Spianata Salami <sup>1)</sup> , gekochter Wacholderschinken <sup>1) 2) 3) 8)</sup> , Frischkäse, Allgäuer Bergblütenkäse, Brie, Marmelade, Butter und ein gemischter Brotkorb	
<b>Gesundes Frühstück</b> ✓	<b>9,50</b>
kleiner Joghurt mit Früchten, Honig, Allgäuer Bergblütenkäse und Frischkäse, dazu Tomate, Gurke, Vollkornbrot und ein kleiner frisch gepresster O-Saft 0, l mit kl. Birchermüsli statt Joghurt <b>+2,80</b>	
<b>Bergfrühstück</b>	<b>14,50</b>
Südtiroler Räucherspeck <sup>1) 3)</sup> , Spianata Salami <sup>1)</sup> , geräucherte Landjäger <sup>1) 2) 9)</sup> , Frischkäse, Allgäuer Bergblütenkäse, französischer Brie, Butter und Sahnemeerrettich <sup>2)</sup> , dazu ein gemischter Brotkorb	
<b>Veganes Frühstück</b> ✓	<b>12,90</b>
Himbeer-Banane-Bowl mit Müsli und frischen Früchten, Vollkornbrot mit Avocado-Aufstrich, hausgemachte Marmelade & vegane Butter	
<b>Schickes Frühstück</b>	<b>16,90</b>
Norwegischer Räucherlachs auf Salat, Sahnemeerrettich <sup>2)</sup> , viele frische Früchte, ein weich gekochtes Frühstücksei, Butter und ein gemischter Brotkorb	

## Frühstücks-Extras

Französisches Croissant		1,90
Gemischter Brotkorb		2,90
Extra Breze		1,80
Weich gekochtes Frühstücksei vom Kistlerhof		1,60
Extra Weißwurst vom Metzger Gassner <sup>3) 8)</sup>		2,60
Extra Portion Lachs		8,50
Joghurt mit frischen Früchten		5,50
Obstsalat mit frischen Früchten		5,90
Vegane Himbeer-Banane-Bowl mit Müsli und frischen Früchten		7,80
Original Birchermüsli mit frischen Früchten	klein	6,80
	groß	9,60
Portion Rührei (3 Eier vom Kistlerhof, dazu 2 Scheiben Baguette)		5,50
mit Kirschtomaten		+0,50
mit Käse und Kräutern		+0,50
mit Speck <sup>1) 2)</sup>		+1,--
Extra Portion knuspriger Frühstücksspeck <sup>1) 2)</sup>		3,90
Butter, hausgemachte Marmelade, Nutella oder Honig		0,50
Frisch gepresster O-Saft	0,25	3,90
	0,4	5,20

## **Unsere Standardkarte - Tagesgerichte siehe Tafel**

**Standardkarte täglich ab 12 Uhr / Tagesgerichte am Wochenende ab 14:30 Uhr**

### **Badri's original nepalesisches Dal ✓**

Pikanter Eintopf mit gelben Linsen, Kräuterjoghurt & Papadam

**8,90**

### **Münchner Schinkennudeln**

mit Frühlingzwiebeln, Eiern, Wacholderschinken <sup>1) 2) 3) 8)</sup>, Ketchup & Parmesan

**8,90**

### **Spinat-Brezenknödel in Nussbutter ✓**

mit geschmorten Kirschtomaten, Parmesan & kleinem Salat

**9,80**

### **Sommersalat mit gebratenem Ziegenkäse & Pfirsich ✓**

Blattsalate, Gurken, Tomaten, Röstkörner, Honig, frischer Thymian, Mangodressing

**11,80**

### **Gebackene Süßkartoffel ✓**

mit hausgemachter Guacamole, Sauerrahm-Dip, frischem Marktsalat & Röstkörnern

**10,20**

### **Spaghetti Bolognese**

Fruchtig-würzig mit gemischtem Hackfleisch von bayerischen Höfen & Parmesan

**10,60**

## **Das geht immer - solange der Vorrat reicht**

### **Sandwiches vom Grill**

<b>Tomate/Mozzarella</b> ✓ mit frischen Tomaten, Mozzarella, rotem Pesto und Crema di Balsamico <sup>4) 9)</sup>	4,70
<b>Ziegenkäse/Ingwer</b> ✓ mit cremiger Ziegenkäserolle, Rucola, hausgemachter Ingwermarmelade und einem Hauch Pfeffer	5,30
<b>Schinken/Mozzarella</b> mit Wacholderschinken <sup>1) 2) 3) 8)</sup> , Mozzarella, Ruccola und hausgemachter Honig-Senf-Sauce	4,90
<b>Südtiroler Speck/Blütenkäse/Gurke</b> mit magerem Räucherspeck <sup>1) 3)</sup> , Allgäuer Bergblütenkäse und frischer Gurke	5,30

### **Als Vorspeise oder dazu..** ✓

<b>Warme Gemüsequiche</b> mit oder ohne Salat	7,40/4,40
<b>Suppe des Tages</b> in verschiedenen Variationen, siehe Tafelanschrieb	ab 5,50
<b>Kleiner Gartensalat</b> Schale knackige Blattsalate mit frischem Gemüse der Saison	4,50
<b>Kleiner Beilagensalat</b> Schälchen knackige Blattsalate mit frischem Gemüse der Saison	3,20



# Getränke



## Kaffee und heiße Getränke

Espresso	1,90
Espresso doppio	2,90
Espresso macchiato	2,30
Espresso doppio macchiato	3,20
Latte macchiato	3,30
Cappuccino	2,90
Cappuccino grande	3,50
Caffè latte	3,30
Caffè latte grande	3,80
Tasse Kaffee	2,80
Haferl Kaffee	3,60
Ovomaltine	3,60
Heiße Milch mit Honig	2,80

mit Sojamilch, Mandelmilch, laktosefrei, koffeinfrei + 0,40

mit Baileys, Rum, Amaretto + 1,50

Heiße Inge mit Ingwer-Sirup	3,60
Heiße Zitrone mit Honig	3,20
Heißer Apfel mit Zimt	3,20
Heiße Birne mit Zimt	3,20
Heißer Apfel/Birne mit Marillenschnaps	4,70

Darjeeling

Earl Grey

Orangentee schwarz

Jasmin grün

Sencha grün

Rooibos Vanille

Wiesenblütentee Kräuter

Gute Laune Früchtetee

Frauentee Gewürztee

Lemon Chai Gewürztee

Sweet Chai <sup>9)</sup> mit Milch

Ingwertee frisch

Pfefferminztee frisch

je 3,20

## Heiße & kalte\* Schokolade

### dunkel

- Nr. 1 Extra Bitter
- Nr. 2 Extra Milch
- Nr. 3 Nusspraline
- Nr. 4 Pfefferminz
- Nr. 6 Caffé
- Nr. 9 Nougat
- Nr. 10 Haselnuss
- Nr. 11 Kokos
- Nr. 13 Pistazie \*NEU\*
- Nr. 16 Orange-Zimt
- Nr. 18 Mou Karamel
- Nr. 20 Banane
- Nr. 21 Coatl Azteken
- Nr. 23 Erdbeer
- Nr. 24 Lakritz
- Nr. 27 Pfeffer

### hell

- Nr. 7 Weiße
- Nr. 8 Weiße Nuss
- Nr. 29 Weiße Blaubeere <sup>9)</sup>
- Nr. 32 Pistaziencreme <sup>9)</sup>

je 3,80

mit Sahne	+0,40
mit Sojamilch, Mandelmilch oder laktosefreier Milch	+0,40
mit Baileys, Rum, Amaretto	+1,50
*als Milchshake	+1,70

## Erfrischendes

Tafelwasser still/spritzig	0,25	1,90
	0,5	2,90
	1,0	5,50
Eizbach Cola <sup>5) 9)</sup>	0,33	3,40
Eizbach Cola sugarfree <sup>5) 9)</sup>	0,33	3,40
Eizbach Rosenblütenlimo	0,33	3,40
Eizbach Kräuterlimo <sup>*NEU*</sup>	0,33	3,40
Paulaner Spezi <sup>5) 9)</sup>	0,5	3,60
Aqua Monaco Bitter Lemon <sup>6) 9)</sup>	0,2	3,40
Aqua Monaco Tonic Water <sup>6)</sup>	0,2	3,40
Aqua Monaco Ginger Ale <sup>9)</sup>	0,2	3,40
Club Mate <sup>5) 9)</sup>	0,33	3,40
Hauslimo	0,5	3,90
(Minze + Limette + Holundersprudel)		
Hausgemachter Eistee	0,4	3,90
(mit Earl Grey & Maracujasaft)		

## Saft

Frisch gepresster O-Saft	0,25	3,90
	0,4	5,20
BIO-Apfelsaft naturtrüb	0,25	2,90
Birnensaft	0,25	2,90
Orangensaft	0,25	2,90
Mangonektar	0,25	2,90
Maracujanektar	0,25	2,90
Johannisbeernektar	0,25	2,90
Cranberrynektar	0,25	2,90
Rhabarbernektar	0,25	2,90
Holunder (Sirup)	0,25	2,90
Ingwer (Sirup)	0,25	2,90
Saftschorle	0,4	3,80
kleine Schorle	0,25	2,90

## Milchshakes

Aus prallen Früchten und eiskalter Milch

Vanille <sup>2) 9)</sup>	0,5	5,50
Banane <sup>2) 9)</sup>	0,5	5,50
Himbeer <sup>2) 9)</sup>	0,5	5,50
Erdbeer-Limette <sup>2) 9)</sup>	0,5	5,50
Mango-Maracuja <sup>2) 9)</sup>	0,5	5,50
Schoko (wähle deine Lieblingsschoki) <sup>2) 9)</sup>	0,5	5,50
Eiskaffee Frappee <sup>2) 9)</sup>	0,5	5,50
Iced Chai Latte <sup>2) 9)</sup>	0,5	5,50
Mango-Smoothie	0,5	5,50

Ohne Milch - nur Früchte und Saft. Megalecker.

## Bier

Tegernseer Hell	0,5	3,50
Tegernseer Spezial	0,5	3,80
Tegernseer Dunkel Export	0,5	3,80
Tegernseer Pils	0,33	3,40
Neumarkter Lammsbräu <small>alkfrei</small>	0,33	3,40
Unertl Weißbier	0,5	3,80
Unertl Weißbier <small>leicht</small>	0,5	3,80
Unertl Weißbier <small>alkoholfrei</small>	0,5	3,80
Radler	0,5	3,50
Dunkles Radler	0,5	3,80
Russe	0,5	3,80

## Likör

	2cl	4cl
Hirschkuss Original	2,50	4,10
Jägermeister	2,50	4,10
Ramazotti	2,50	4,10
Averna	2,50	4,10
Baileys	2,50	4,10

## Longdrinks

Wodka Lemon <sup>6) 9)</sup>	6,90
Wodka Cranberry	6,90
Gin Tonic <small>Brick 6)</small>	6,90
Campari Orange <sup>9)</sup>	6,90
Jacky Coke <sup>5) 9)</sup>	6,90
Cuba Libre (Havana, Coke <sup>5) 9)</sup> , Limette)	6,90
Moscow Mule (Wodka, Ginger <sup>9)</sup> , Limette)	6,90
Munich Mule (Gin, Ginger <sup>9)</sup> , Gurke)	6,90
Gin Upgrade: Duke	+1,50

## Schnaps

	2cl	4cl
Wodka <small>Partisan</small>	2,50	4,10
Tequila <small>José Cuervo</small>	2,50	4,10
Grappa	2,50	4,10
Obstler	2,50	4,10
Sambuca <small>Molinari</small>	2,50	4,10
Pastis/Pernod	2,50	4,10
Martini		4,10
Jack Daniels	2,50	4,10
Whiskey <small>Laphroaig</small>		6,60

## Gemischt

Weißweinschorle	0,4	4,50
kleine Schorle	0,2	3,30
Spritz mit Weißwein <sup>9)</sup>	0,2	4,90
Spritz mit Prosecco <sup>9)</sup>	0,2	5,90
Ingwer-Spritz mit Prosecco	0,2	6,90
Hugo	0,2	6,90
Mango-Hugo	0,2	6,90
Vermouth Tonic <sup>6)</sup>	0,2	6,90
Belsazar Vermouth Rosé, Tonic Water, Himbeeren		
Lillet Rosé	0,2	6,90
Lillet Rosé, Rosenlimo, Minze, Beere		
Lillet Cullee	0,2	6,90
Lillet Blanc, Zitronenlimo, Gurke, Peychauds		
Lillet Ginger	0,2	6,90
Lillet Blanc, Ginger Ale, Ingwer, Limette, Minze		

## Weißwein offen

**Bianco di Custoza DOC** 0,2 4,20  
Leicht würzig, weißer Pfirsich, Zitronenschale  
(Lenotti / Venetien)

**Weißburgunder** 0,2 4,70  
Klassisch trocken, lebendig, sehr fruchtig  
(Weingut Bretz / Rheinhessen)

**Riesling QbA** 0,2 5,80  
Frische Muskattraube, leichte Spumage  
(Weingut Reichsrat von Buhl / Pfalz)

## Prosecco

**Prosecco Frizzante** 0,1 3,10  
**Prosecco auf Eis** 0,2 5,60  
**Prosecco Flasche** 0,75 17,80  
**Prosecco Aperol <sup>9)</sup>** 0,2 6,60

## Rotwein offen

**Primitivo del Salento IGT** 0,2 4,20  
Kräftige Beeren, Cassis, leichte  
Tabaknote (Cantina Sandonaci / Apulien)

**Rioja Tempranillo DOC** 0,2 4,70  
Komplexes Aroma, Hauch von Vanille  
lang im Abgang (Vina Herminia / Rioja)

**Zweigelt Doppelstock** 0,2 5,90  
Rote Beeren, Weichsel- und  
Kirschfrucht, samtig und elegant  
(Weingut Kirnbauer / Burgenland)

## Rosé

**Cape Bridge Pinotage** 0,2 5,60  
Volles, fruchtiges Aroma von  
Erdbeeren und feiner Himbeernote  
(Südafrika)

## Flaschenweine weiß 0,75l

### 2018 Sauvignon Blanc IGP 18,00

frisch und lebendig, Stachelbeere,  
schwarze Johannisbeere, mineralisch  
(Domaine de la Baume / Frankreich-Languedoc)

### 2016 Wiedehopf Grüner Veltliner 19,00

Citrusfrüchte, Birne & Stachelbeere  
(Weinbau Bogner / Wagram / Österreich)

### 2018 Lugana Cascina Ardea DOC 21,00

zarter, angenehmer Duft, harmonischer, frischer &  
weicher, langanhaltender Geschmack  
(Tognazzi Benedetto / Pescheria del Garda / Italien)

### 2018 Chardonnay 234 DOC 22,00

ein stolzer Wein mit Aromen von  
Birnen & Aprikosen, mineralischer Abgang.  
(Weingut Enate / Somontano / Spanien)

## Flaschenweine rot 0,75l

### 2015 Blaufränkisch vom Lehm 24,00

Brombeerfrucht, roter Beerenkorb,  
würzig-pfeffrige Nuancen, harmonischer Abgang  
(Deutschkreuz / Burgenland)

### 2012 Rioja Baron de Ley Reserva 25,00

weiche Fruchtaromen von Brombeeren,  
schwarzer Johannisbeere, Heidelbeere, Vanille  
(Bodegas Baron de Ley / Spanien)

### 2016 Malbec Cabernet Puro 24,00

Aromen von Pflaumen & Kirschen mit einem Hauch  
von Beerenfrüchten, bekömmlich, sanfte Tannine  
(Mendoza / Argentinien)

### 2012 Ronchedone IGT 36,00

Noten von roten Früchten, Schwarzkirschen,  
Brombeerfrucht und Vanille. Reif, konzentriert  
(Agricola Ca dei Frati / Italien) \*absolut unerreicht\*

Jahrgangsänderungen möglich, Weine können Sulfite erhalten



## **Zusatzstoffe**

- 1) mit Konservierungsstoff
  - 2) mit Antioxidationsmittel
  - 3) mit Geschmacksverstärker
  - 4) geschwefelt
  - 5) koffeinhaltig
  - 6) chininhaltig
  - 7) mit Süßungsmitteln
  - 8) mit Phosphat
  - 9) mit Farbstoff
- ✓ = vegetarisch

Weine können natürliche und zugesetzte Sulfite enthalten.

## **Allergene**

Die Informationen, die wir gemäß EU-Vorschrift für unsere Allergiker bereithalten, sind in einem gesonderten Ordner einsehbar. Bitte beim Service anfragen.