



LENNET & KANN

The Fresh Bar

Immer mehr Firmen legen Wert darauf, dass sich ihre Mitarbeiter gesund und ausgewogen ernähren. Die Zeit der Fastfood-Bestellungen war gestern. Heute gilt der altbekannte Spruch:

„Du bist, was Du isst.“

Abwechslungsreiche Salate und frische Dinkelbaguettes sind heutzutage die richtigen Mahlzeiten für die Mittagspause. Probiert ein frisches und leichtes Gericht aus dem Lennet & Kann! Eure Arbeitsleistung wird es Euch danken! Vielleicht gibt es ja auch bei Euch in der Firma bald einen „Lennet Tag“, an dem ihr Euch etwas Gutes tut.

Wir freuen uns, Euch mit leckerem und frischem Essen zu beliefern.

Lehn Dich zurück

Füll unseren
Bestellschein
aus und schick ihn
uns per Whatsapp!

MACH DEIN EIGENES DING

1. Grundsalat wählen	Blatt & Wildsalat Mix Babyspinat Rucola Nudeln (Vollkorn)	6,90 €
2. Basic Zutaten 3 inklusive Zusätzliche 0,70 €	Kirschtomate Möhre Gurke Paprika Mais Lauchzwiebel Champignon Rote Bete Rote Zwiebel	
3. Premium Zutaten	Hähnchenbrust Roastbeef Büffelmozzarella Avocado Thunfisch Ziegenkäse Bio-Quinoa Süßkartoffel Ei	3,00 € 3,50 € 3,00 € 2,50 € 2,00 € 3,00 € 2,50 € 1,50 € 1,00 €
4. Toppings	Apfel Birne Weintraube Walnuss Sonnenblumenkern (karamelisiert)	0,70 € 0,70 € 0,70 € 1,00 € 1,00 €
5. Dressing auswählen 1 inklusive Zusätzliche 1,20 €	Agave-Senf-Dressing V Balsamico-Dressing Goji Beeren-Dressing V	

V = vegan

Regional, täglich, frisch

Unser komplettes Obst und Gemüse beziehen wir täglich frisch von unserem langjährigen Partner-Bauernhof „Eyserhalte“ in Eys, direkt an der holländischen Grenze. Unser Hähnchen und Roastbeef beziehen wir täglich von der Aachener Traditionsmetzgerei „Steins“. Unser reines Dinkelbaguette ist eine eigens für uns ausgearbeitete Kreation ohne jegliche Zusatz- und Konservierungsstoffe der Aachener Bäckerei „Kaussen“ am Ponttor.

Für mehr Infos: www.lennetundkann.de
oder besucht uns bei **Facebook** | **#thefreshbar**

LIEFERSERVICE
& CATERINGS
FREI HAUS

Bestellungen & Lieferungen
immer Mo-Fr 10.30-15 frei
Haus ab 20,00 € Mindestbe-
stellwert (Aachen, andere
Ortsteile bis 40 km auf
Anfrage)



LENNET & KANN

The Fresh Bar

Tel.: 0241-91275035 oder gerne auch über
WhatsApp/SMS unter 0160-97002149

Ronheider Weg 20 | 52066 Aachen
Öffnungszeiten: Mo. – Fr.: 10.30–15 Uhr

Smoothies / Detox / Wellness 0,3l

Früchte und Gemüse püriert, um neue Kraft zu tanken

Bye, Bye, Doctor V 4,90 €
Orange, Banane, Spinat, Traube

Frische Kick V 4,90 €
Spinat, Apfel, Minze, Gurke, Orange, Zitrone

Burn, baby, Burn V 4,90 €
Orangen, Zitronen, Möhren, Apfel und Ingwer

Frisch für Dich gepresst
Gepresster Apfelsaft 4,50 €
Gepresster Orangensaft 4,50 €

alle Preise verstehen sich inkl. der ges. MwSt.

Baguettes

Reines Dinkel-Baguette mit Liebe zubereitet

Chickeria Baguette 7,90 €
Salatmix, Hähnchen, Gurke, Kirschtomate, Lauchzwiebel
Empfohlener Aufstrich: Chefsache (Curry-Sauce)

Fischers Fritz Baguette 7,90 €
Salatmix, Thunfisch, Mais, Möhre, Zwiebel, Ei
Empfohlener Aufstrich: Chefsache (Curry Sauce)

Popeye Baguette V 7,90 €
Babyspinat, Avocado, Kirschtomate, Möhre,
Empfohlener Aufstrich: Lila Lotte (Birnen-Zwiebel-Konfi)

Mambo Italiano Baguette 7,90 €
Rucola, Kirschtomate, Büffelmozzarella
Empfohlener Aufstrich: Balsamico

Lennet Kann Baguette 7,90 €
Salatmix, Roastbeef, Gurke, Rote Bete
Empfohlener Aufstrich: Lila Lotte (Birnen-Zwiebel-Konfi)

Veranstaltungen, Events, Business Catering / Business Lunch

Überrasche Deine Gäste, Kollegen und Freunde mit gesunden Snacks und hochwertigem, belebendem Essen für Deine Besprechung, Dein Meeting oder Deine Veranstaltung.

Salate

Knackige Salate frisch zubereitet mit unserem Dinkelbrot

Mach Dein eigenes Ding ab 6,90 €
Stell Dir Deinen eigenen Salat zusammen

Chickeria 10,90 €
Salatmix, Paprika, Kirschtomate,
Sonnenblumenkerne (karamellisiert), Hähnchenbrust, Lauchzwiebel
+ Unsere Empfehlung: Agave-Senf-Dressing

Fischers Fritz 9,90 €
Salatmix, Paprika, Thunfisch, Olive, Ei, Zwiebel
+ Unsere Empfehlung: Balsamico-Dressing

Die Ziege groovt 10,90 €
Babyspinat, Ziegenkäse, Kirschtomate, Birne, Walnuss
+ Unsere Empfehlung: Agave-Senf- oder Goji-Beeren-Dressing

Mamaletics® Salat V 10,90 €
Salatmix, Avocado, Süßkartoffel, Gurke, Mais, Möhre, Birne
+ Unsere Empfehlung: Goji-Beeren- oder Balsamico-Dressing

Quiovado V 9,90 €
Babyspinat, Quinoa, Kirschtomate, Avocado, Lauchzwiebel
+ Unsere Empfehlung: Goji-Beeren-Dressing

Mambo Italiano 9,90 €
Pasta, Rucola, Kirschtomate, Büffelmozzarella, Olive
+ Unsere Empfehlung: Balsamico-Dressing

Lennet & Kann Salat 11,90 €
Salatmix, Quinoa, Kirschtomate, Roastbeef, Apfel, rote Zwiebel,
+ Unsere Empfehlung: Agave-Senf- oder Goji-Beeren-Dressing

Power Salat 9,90 €
Salatmix, Roastbeef, Paprika, rote Bete, Süßkartoffel
+ Unsere Empfehlung: Goji-Beeren-Dressing

Klein aber fein V 5,90 €
Salatmix, Möhre, Gurke, Kirschtomate, Mais
+ Unsere Empfehlung: Goji-Beeren-Dressing

Lennet`s Liebling (Danys Empfehlung) 13,90 €
Salatmix, Kirschtomate, Paprika, Rote Bete, Gurke,
Avocado, Hähnchen, Ziegenkäse
+ Unsere Empfehlung: Mischung aus Agave-Senf- & Balsamico-Dressing

V = Vegan

Bei Fragen zu Allergenen und Zusatzstoffen sprich uns einfach an.

Bestellschein

1. Ausfüllen
2. Fotografieren
3. per WhatsApp/SMS an 0160-97002149

Wer? _____

Wohin? _____

Wann? _____

Wie möchte bezahlt werden?

Bar Rechnung Paypal

Tel. für Rückfragen: _____

Smoothies	Stück	Salate	Stück
Bye, Bye, Doctor	<input type="checkbox"/>	Chickeria	<input type="checkbox"/>
Frische Kick	<input type="checkbox"/>	Fischers Fritz	<input type="checkbox"/>
Burn, baby, Burn	<input type="checkbox"/>	Die Ziege groovt	<input type="checkbox"/>
Gepresster Apfelsaft	<input type="checkbox"/>	Mamaletics® Salat	<input type="checkbox"/>
Gepresster Orangensaft	<input type="checkbox"/>	Quiovado	<input type="checkbox"/>
		Mambo Italiano	<input type="checkbox"/>
		Lennet & Kann Salat	<input type="checkbox"/>
Chickeria Baguette	<input type="checkbox"/>	Power Salat	<input type="checkbox"/>
Fischers Fritz Baguette	<input type="checkbox"/>	Klein aber fein	<input type="checkbox"/>
Popeye Baguette	<input type="checkbox"/>	Lennet`s Liebling	<input type="checkbox"/>
Mambo Italiano Baguette	<input type="checkbox"/>		
Lennet Kann Baguette	<input type="checkbox"/>		

Mach dein eigenes Ding

Zutaten: _____
