



VEGABOND

2014
AMSTERDAM

Breakfast & lunch

Green smoothie bowl <i>with "Kool organics" raw granola, coconut, banana and goji berries</i>	€ 8
Overnight oats <i>with fresh strawberries, raw cacao nibs, fresh mint and maple syrup</i>	€ 7,5
Wrap <i>with homemade hummus, sun dried tomatoes, spinach, cucumber & carrot</i>	€ 6,5
Spelt sandwich <i>with artisan cashew 'ricotta' with pesto, cherry tomatoes and rocket lettuce (make it gluten free and 100% raw, served on "Kool organics" crackers + € 1,50)</i>	€ 7,5
Summer rolls <i>made of gluten free rice paper with avocado, raw veggies, coriander and sesame</i>	€ 7,5

Snacks

Hand made 'El Jefe' tortilla chips with salsa verde	€ 6
Tofu 'sausage' roll	€ 3
Vegan cheese and spinach pastry	€ 3

Sweets

Donuts in various flavours	€ 3,5
Gluten free brownie with hazelnuts	€ 3,5
Banana bread with pecan nuts and chocolate chips	€ 3,5
Raw 'snickers' bar	€ 3,5
Raw carrot cake	€ 5,5

Extra:

Whipped cream on the side € 1

Fresh juices and smoothies

	Small	Large
Orange juice	€ 4	€ 5
Red juice <i>beetroot, apple carrot and ginger</i>	€ 4,5	€ 6
Green juice <i>spinach, celery, apple and fennel</i>	€ 4,5	€ 6
Fruit smoothie <i>oat milk, banana and berries</i>	€ 4,5	€ 6
Peanut smoothie <i>rice-coconut milk, banana, spinach, peanuts and dates</i>	€ 4,5	€ 6

Hot drinks

Espresso	€ 2
Black coffee	€ 2,5
Cappuccino	€ 3
Café latte / chai latte	€ 3,5
Fresh mint / ginger tea	€ 3
Pukka tea	€ 2,5
Hot chocolate	€ 3

Extra:

Milk other than soy milk + € 0,25

Whipped cream € 1

Cold drinks

Mineral water 0,5 liter	€ 2
Fentiman's soft drinks	€ 3
Raw coconut water	€ 3
Kombucha	€ 3,5
Water kefir 0,5 liter	€ 4

100 % vegan

For allergy information please contact staff



VEGABOND

2014
AMSTERDAM

Ontbijt & lunch

Groene smoothiebowl <i>met 'Kool organics' rauwe granola, kokos, banaan en gojibessen</i>	€ 8
'Overnight oats' (havermout) <i>met verse aardbeien, raw cacao nibs, verse munt en ahornsiroop</i>	€ 7,5
Wrap <i>met huisgemaakte hummus, zongedroogde tomaat, spinazie, komkommer en wortel</i>	€ 6,5
Speltbrood <i>met handgemaakte cashew 'ricotta', pesto, cherry tomaatjes en rucola</i> <i>(glutenvrije, 100% rauwe optie met handgemaakte 'Kool organics' crackers + € 1,50)</i>	€ 7,5
Summer rolls <i>van glutenvrije rijstpapier met avocado, rauwe groenten, koriander en sesamzaad</i>	€ 7,5

Snacks

Handgemaakte 'El Jefe' tortilla chips met salsa verde	€ 6
Tofu 'saucijzenbroodje'	€ 3
Vegan kaas/spinaziebroodje	€ 3

Zoet

Donuts in verschillende smaken	€ 3,5
Glutenvrije brownie met hazelnoten	€ 3,5
Bananenbrood met pecannoten en chocolate chips	€ 3,5
Rauwe 'snickers' bar	€ 3,5
Rauwe worteltaart	€ 5,5

Extra:

Slagroom € 1

Verse sappen en smoothies

	Klein	Groot
Verse jus	€ 4	€ 5
Rood sap <i>rode biet, appel, wortel en gember</i>	€ 4,5	€ 6
Groen sap <i>spinazie, bleekselderij, appel en venkel</i>	€ 4,5	€ 6
Fruit smoothie <i>havermelk, banaan en bessen</i>	€ 4,5	€ 6
Pinda smoothie <i>rijst-kokosmelk, banaan, spinazie, pinda en dadels</i>	€ 4,5	€ 6

Warme dranken

Espresso	€ 2
Zwarte koffie	€ 2,5
Cappuccino	€ 3
Café latte / chai latte	€ 3,5
Verse munt / gember thee	€ 3
Pukka tea	€ 2,5
Warme chocolademelk	€ 3

Extra:

Andere melk dan sojamelk + € 0,25

Slagroom € 1

Koude dranken

Mineraalwater 0,5 liter	€ 2
Fentiman's frisdranken	€ 3
Raw kokoswater	€ 3
Kombucha	€ 3,5
Water kefir 0,5 liter	€ 4

100 % vegan

Voor allergie-informatie kunt u het personeel raadplegen