



hugsandplugs

the new work café



INHOUSE MENU

delicious food & drinks

homemade & freshly prepared





OVERNIGHTS & MORE

Bircher Müsli h&p Style 🌿 🥛 🍯 🥜 🌱+ **8,50 €**
 mit Haferflocken, Kuhmilch oder Mandeldrink, frisch geriebene Birne, Aprikosen, Nussmix und saisonales Obst als Topping

Protein-Porridge 🌿 🍯 🥜 🌱 **7,90 €**
 Warmes Haferporridge mit fruchtiger Pflaume und Zimt, Nussmix und saisonales Obst als Topping

Knuspriges h&p Granola by Shiela 🌿 🥛 🍯 🌱+ **8,50 €**
 Granola mit Omega-3-reichen Samen und Nüssen, mit Kuhjoghurt oder Mandeljoghurt, saisonales Obst als Topping

Alle auf Wunsch mit Honig oder Mandelmus

Sweet Huggies Breakfast 🌿 🍯 🥛 🍯 🌱 **5,90 €**
 Croissant, Butter, Marmelade, kleines Granola



SALADS, SOUPS & MORE

Caesar Salad h&p Style 🌿 🥛 🍯 🥜 🌱 **10,90 €**
 Römersalat, Apfel, Mandeln und Croutons mit Caesar Dressing h&p Style

Griechischer Salat h&p Style 🥛 **10,90 €**
 Blattmix, Tomaten, Gurken, Paprika, Feta, Oliven und Greek Dressing

Ayurvedische Bowl 🌿 🌱 **12,50 €**
 Bulgur, Blattmix, Linsen, Gurken, Karotten, Apfel und Zitronen-Tahini-Dressing

extra Räucherlachs + 5,00 €

extra Hähnchen + 4,00 €

extra geräucherter Tofu + 2,50 €

extra gekochtes Ei + 2,00 €

Karotten Orangen Ingwer Suppe 🌿 🥛 **5,90 €**
 mit Frischkäse und Zwiebeln

Tomaten Basilikum Suppe h&p Style 🌿 🍯 🌱+ **5,90 €**
 mit Bohnen, Karotten, Zwiebeln

Quiche mit Wildkräutersalat 🌿 🥜 🥛 **7,50 €**
 Käse, Spinat oder Süßkartoffel, warm serviert

Dip Teller mit Cracker und Gemüsesticks 🌿 🌱 🥛 **7,90 €**
 mit Hummus oder Artischocken-Spinat-Cremé





SUPER SAUERTEIG-STULLEN & SANDWICHES

mit Ei 🌿 🥚 🥛 🥫

7,50 €

Artischocken-Spinat-Creme, Salatmix, Ei, Kernemix, Honig-Senf-Dressing, Sprossen

mit Radieschen 🌿 🥕 🌱

7,50 €

Hummus-Creme, Salat, Radieschen, Kernemix, Zitronen-Tahini-Dressing, Sprossen

mit Feta 🌿 🥛 🥕

7,90 €

Hummus, Feta, Tomaten, Kernemix, Greek Dressing, Sprossen

mit Lachs 🌿 🐟 🥛

7,90 €

Frischkäse, Salatmix, Lachs, Kernemix, Green Goddess Dressing, Sprossen

mit Tofu 🌿 🥕 🌱

7,50 €

Hummus, Salatmix, Tofu, Kernemix, Zitronen-Tahini-Dressing, Sprossen

Leckeres Käse-Sandwich 🌿 🥛 🥫

5,90 €

Frischkäse, Salat, Bergkäse, Honig-Senf-Dressing

Leckeres Salami-Sandwich 🌿 🥛

5,90 €

Frischkäse, Salat, Salami, Green Goddess Dressing





KUCHEN

Wir legen Wert auf selbstgemachten Kuchen!

In unserer Vitrine findest du unser täglich und saisonal wechselndes Angebot



SMOOTHIES TO EAT

Eyeful – Vitamin A Booster 🌿

Karotte, Apfel, Ingwer, Orange

350 ml

6,50 €

Berry Blast – Zellschutz 🥛

Gefrorener Beerenmix, Milch, Joghurt, Vanille und Datteln

350 ml

6,50 €

Choco Loco – Creamy Sweet 🍫 🌿

Kakao, Banane, Mandelmus, Mandeldrink, Vanille

350 ml

6,50 €

Mint Julep – Erfrischend 🌿

Gurke, Minze, Apfel

350 ml

6,50 €





fantastic coffee

genieße unseren
Premium Kaffee
von G.C.Breiger





COFFEE

CAPPUCCINO	0,2l	3,40 €	0,3l	3,80 €
CAFE LATTE	0,2l	3,40 €	0,3l	3,80 €
LATTE MACCHIATO			0,3l	3,80 €
ESPRESSO	0,1l	2,00 €	0,2l	2,80 €
ESPRESSO MACCHIATO	0,1l	2,30 €	0,2l	3,10 €
AMERICANO	0,2l	2,50 €	0,3l	3,00 €
FILTER COFFEE	0,2l	2,30 €	0,3l	2,80 €
FLAT WHITE	0,2l	3,50 €		

TEA & OTHERS

TEE			0,3l	3,80 €
Grüner Tee Gingseng, Darjeeling, Apple loves Mint, Rote Beere, Pfefferminz, Kamille				
CHAI TEA LATTE			0,3l	3,80 €
HOT CHOCOLATE			0,3l	3,50 €
HAFERDRINK				+ 0,30 €
LACTOSEFREIE MILCH				+ 0,30 €
VANILLE, KAREMELL				+ 0,50 €
EXTRA SHOT ESPRESSO				+ 0,80 €

ALLERGENE:

VEGAN

VEGETARISCH

GLUTEN / HAFER

GLUTEN / WEIZEN

GLUTEN / GERSTE

GLUTEN / ROGGEN

GLUTEN / DINKEL

KREBSTIERE

FISCH

EIER

SOJA

MILCH & LAKTOSE

SCHALENFRÜCHTE

ERDNÜSSE

SELLERIE

SENF

SESAM

KREBS- UND WEICHTIEREN

SULFIT ODER SCHWEFELDIOXID

Sollten Sie auf einer dieser Allergene Stoffe allergisch reagieren, dann sprechen Sie bitte das Servicepersonal darauf an, damit wir Ihnen helfen können... Haftungsausschluss bzgl. Kreuzkontamination: Da es uns nicht möglich ist, etwaige Kreuzkontamination auszuschließen, gilt folgender Haftungsausschluss: Es ist nicht auszuschließen dass auf der Vorstufe seitens der Vorlieferanten nicht vermeidbare Kontaminationen mit allergenen Bestandteilen stattgefunden haben könnten Ebenso ist nicht auszuschließen, dass bei der handwerklichen Herstellung in unseren Restaurant nicht vermeidbare Kontaminationen zwischen verschiedenen Produkten stattfinden.

Trinken hilft.



LEMONAID⁺

ChariTea⁺

SOFTDRINKS

LEMONAID

Maracuja	0,33l	3,00 €
Limette	0,33l	3,00 €
Ingwer	0,33l	3,00 €
Blutorange	0,33l	3,00 €
ChariTea mate	0,33l	3,00 €
Community Cola	0,33l	2,60 €
Community Cola, zuckerfrei	0,33l	2,60 €

APFEL SCHORLE	0,33l	3,20 €
O-SAFT	0,2l	2,60 €

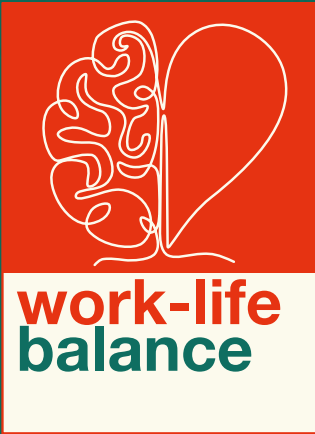
BIO ZISCH

Zitrone	0,33l	3,20 €
Rharbarber	0,33l	3,20 €
Orange	0,33l	3,20 €
Himbeer Cassis	0,33l	3,20 €
Holunderblüte	0,33l	3,20 €
Nature Energy	0,33l	3,20 €

WASSER STILL	0,5l	1,50 €	1,0l	3,00 €
WASSER SPRUDEL	0,5l	1,50 €	1,0l	3,00 €


Urbetkel



BioZisch




hugsandplugs

the new work café

 Lange Reihe 102
20099 Hamburg

 Tel.: 040 - 638 676 99
 hello@hugsandplugs.com

*Buchung und Reservierung
über unsere Website*

 www.hugsandplugs.com

