



ALL DAY BREAKFAST TOT 15.30 UUR

Fluffy blueberry pandan pancakes met banaan, aardbeien, gepofte quinoa & agavesiroop.	11
Bananabread met kokosyoghurt, mandarijncoulis en vers fruit.	11
Smoothie bowl Mellow Yellow van mango, passievrucht, ananas, kokosyoghurt, avocado & banaan. Topping: blauwe bessen, graanvlokken, chiazaad & kokosvlokken.	9
Single slice met cream cheese, lemon curd, bosvruchtencompote & pistache-amandelcrunch.	8
Single slice met homemade vegan eiersalade, groene asperges en radijs.	8
Single slice met ricotta van cashew, pesto, aceto balsamico, witlof, sla, kiemen & roasted hazelnoten.	8

LUNCH TOT 15.30 UUR SANDWICHES

'Chicken' curry met kerriemayo, mangochutney, sla, kiemen & ketang.	13
Zalm van wortel, dille-mierikswortelmayo, avocado, gefermenteerde venkel, wasabi, sla & kiemen.	13
BLT vegan Bacon, Lettuce & Tomato relish, avocado, sla, basilicummayo en kiemen.	13
Kruiden & Knoflook kaas (plantaardig), tijmmayo, geroosterde rode paprika, tapenade van groene olijven, sla, kiemen en zaden.	13
Golden hummus met in baharat geroosterde groenten, saffraanolie, sla, kiemen, zwarte tahini en dukkah.	13

SALAD

Buddha Bowl met sushirijst, zoete aardappel, geroosterde kikkererwten, tuinbonen, tofu, pickles, avocado, ananas relish, radijs en een tahini dressing.	15
---	----

HOT

Korean burger Gochujang groente & 'beef' burger op brioche bun met BBQ saus en huisgemaakte kimchi. Plus sweet chili polenta friet.	16,5
Worteltortilla met gyros van oesterzwam, tzatziki van sojayoghurt, cortido, wortelpickle, avocado en daarbij een kleine groene salade met zaden.	15
Falafel op een steenoven gebakken pita met golden hummus, in baharat geroosterde groenten, gefermenteerde rode kool, ambasaus, granaatsappelsiroop, sla en kiemen.	15
Toastie Kimchi met vegan kaas, 'bacon', kimchi & kimchimayo en rucola	12
Toastie Classic 2.0 belegen kaas, tomaten relish, rode ui, basilicummayo & rucola.	10,5v
Soep Romige doperwten-muntsoep met daslookolie en pitten.	10
Supplement brood met boter.	+2,5

SCHAFTPLANK

Combi van de soep + 1/2 sandwich naar keuze van de kaart + zoete aardappelsalade.	16
---	----

KIDS

Boterham met slices avocado, pindakaas of jam.	4
Toastie kaas met ketchup (enkele boterham).	5v

+ BLADER DOOR VOOR DE SUNDAY TASTE, SWEETS & DRINKS +



HOT DRINKS

Espresso	2,7
Espresso macchiato*	2,9
Dubbele espresso	3,7
Koffie	2,7
Cortado*	3
Cappuccino/XL*	3,2/4,2
Flat white*	4
Latte macchiato*	3,7
Latte*	3,7
Babyccino*	0,75
Chocomel (plantaardig, bevat cashew)	2,7/3,5
Slagroom (plantaardig)	0,6
Koffiesiroop in diverse smaken	0,6

Wel zin in de smaak van koffie, maar niet in cafeïne? Probeer dan Chikko - not coffee.

Thee van Clipper	2,5
Rooibos, Earl Grey, English Breakfast, Kamille en Groene Thee	

Verse muntthee	3,5
Verse gember & citroen of sinaasappel	3,5
Verse gember, kaneel, steranijs	3,5
Verse gember, limoen en kardemom	3,5
Matcha latte*	3,7
Chai latte*	3,95
Kurkuma latte*	3,7

*Kunnen worden bereid met haver, soja of koemelk. Ook 'iced' mogelijk.

HOMEBAKED VEGAN SWEETS

Taart, cake, cookies & raw bites. Bijna volledig plantaardig aanbod. Zie taartvitrine.	va. 1,95
--	----------

ALCOHOL

Wijn | Likeuren | Bubbels & Mocktails | Vraag naar onze aparte drankenkaart!

Bier

Grolsch	2,5	Vrijwit van Brouwerij 't IJ - 0,5%	4,5
Vedett Extra Pilsner	3,5	Gin Weizen van Gebrouwen door Vrouwen	4,5
IJwit van Brouwerij 't IJ	4,5	Mannenliefde van Oeidipus	4,85

FRESH JUICES

Jus d'orange	4,95
Wortel mix sap (Sinaasappel, ananas, wortel, ev. gember)	4,95
Citrus mix sap (Grapefruit, sinaasappel, limoen en gember)	4,95

COLD DRINKS

Biologische limonade met prik van Naturfrisk en Bundaberg

Cola	3	Vlierbloesem	3
Tonic	3	Ginger ale	3
Raspberry	3	Gingerbeer	3,7

ChariTea, biologische ijsthee

ChariTea Green, groene thee met gember	3,25
ChariTea Red, rooibos met passievrucht	3,25
ChariTea Black, zwarte thee met citroen	3,25
ChariTea Mate, sparkling, matethee met citroen en sinaasappel	3,25

Earth Water still of sparkling

Roze Bunker siroop met Earth Water	4,15
Diverse smaken	

Huisgemaakte kombucha

Diverse smaken.	5
-----------------	---



SUNDAY TASTE

Groots genieten van onze plantaardige proeverij met heel veel smaken van onze kaart. 25

Laat je verrassen door hartige warme & koude gerechtjes en natuurlijk sweets als zoete afsluiter.
(Alleen op zondag en op reservering vanaf 2 personen, prijs per persoon, exclusief drankjes.)

Fermentèd

Gut Food by Ted. Onze eigen chef Ted vangt seizoenssmaken in de lekkerste smaakmakers. Die hij natuurlijk ook verwerkt in de gerechten van deze kaart voor nog meer geur, kleur en smaak. Wil jij je maaltijden thuis ook verrijken met extra smaak? Er is een Fermentèd lijn verkrijgbaar in de First Eet Winkel met o.a. huisgemaakte kimchi's, gefermenteerde rode kool, chutneys, sauzen en oliën, maar ook kombucha's en shrubs. Kortom good food for your gut, gut food by Ted.

CATERING, WERKLUNCH, PRIVATE DINNER

Onze 'roots' liggen bij catering en die zijn we trouw gebleven. Nog steeds catert First Eet bijzondere gelegenheden voor zowel de zakelijke als particuliere sector, denk aan: crewcatering, recepties, bruiloften en feesten, maar ook een lunch, brunch of diner. Informeer naar de mogelijkheden. Jouw event in het First Eet Café? Dat kan! Hiervoor leveren we maatwerk. Vraag gerust naar de opties.

UP TO DATE

Volg ons op de socials - @firsteet - voor updates over events, nieuwe producten in de winkel, nieuwe smaken op de kaart en een kijkje achter de schermen :).

Ons plant forward menu is voor 90% PLANTAARDIG en 10% VEGETARISCH. Niet-volledig vegan gerechten worden aangeduid met V = Vegetarisch. Allergisch voor een allergeen? Dan bekijken we graag samen de mogelijkheden.