



FLORA

Klostercafé

# GETRÄNKE UND SPEISEN

Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag von 9:30 bis 18:00 Uhr | Montag: Ruhetag  
Von Mitte Mai bis Mitte September hat unsere Terrasse von 11:00 bis 21:30 Uhr geöffnet



# WILLKOMMEN

## zu Fuldas schönstem Ausblick

Hoch oben auf dem Frauenberg gelegen ist das Kloster Frauenberg schon seit Jahrhunderten ein Wahrzeichen der Region Fulda. Fest verankert in der Region ist auch unser FLORA klostercafé. Bei der Zubereitung unserer Gerichte setzen wir deswegen so weit wie möglich auf Produkte von heimischen Erzeugern, die bei der Herstellung einen besonderen Wert auf Qualität und Nachhaltigkeit legen.

Das FLORA ist ein soziales Projekt: Menschen mit und ohne Behinderungen arbeiten hier Seite an Seite, ein jeder bekommt dabei die Chance, seine persönlichen Stärken zu entdecken und zu entfalten. Unser wichtigstes Ziel dabei ist, Menschen mit Behinderungen die Teilhabe an der Arbeitswelt zu ermöglichen.

Als Teil der Kooperation zwischen den Franziskanern auf dem Frauenberg und antonius : gemeinsam Mensch unterstützen wir außerdem das Ziel, den Frauenberg als spirituellen Ort und Wahrzeichen Fuldas zu erhalten und in die Zukunft zu führen. Genießen Sie eine schöne Zeit in einer einmaligen Atmosphäre hoch über den Dächern von Fulda. Verweilen Sie in unseren gemütlichen Räumlichkeiten oder im Sommer auch auf unserer Terrasse. Mit dem FLORA klostercafé wollen wir einen Ort der Begegnung schaffen – von Menschen mit Herz für Menschen mit Herz.

**Also seien Sie uns herzlich willkommen. Wir freuen uns, dass Sie da sind.**





UNSERE LIEFERANTEN –  
LOKAL, BIOLOGISCH & FAIR

## **ANTONIUS HOF**

Milch für Ihren Kaffee, das Korn in Ihrem Brot und Kartoffeln: All dies entsteht auf dem antonius Hof in Haimbach. Hier werden Bio-Produkte produziert und die Tiere haben eine lebenswerte Zeit.

## **ANTONIUS BÄCKEREI**

Mit dem Getreide des eigenen Hofes, das in kleinen regionalen Mühlen gemahlen wird, backt die antonius Bäckerei unsere täglich frischen Brote, Brötchen, Blechkuchen & Flammkuchenböden in Bio-Qualität.

## **ANTONIUS FEINVEREDELUNG**

Fruchtaufstriche und Chutneys – mal ganz klassisch, mal innovativ und kreativ – beziehen wir von der antonius Feinveredelung. Bio-Erzeugnisse aus der antonius Gärtnerei und dem antonius Hof werden hier veredelt.

## **STADT BAUER**

Familie Helmer vom Hof in Reinhardts versorgt uns mit Bio-Eiern von glücklichen Hühnern.

## **METZGEREI KLEINHENZ**

Mit viel Einfallsreichtum und Qualitätsbewusstsein stellt die Metzgerei Wurst- und Fleischwaren in Bio-Qualität her und verwendet hierfür Fleisch von den Tieren des antonius Hofes.

## **VOGELBERGER FUCHSHÖFE**

Die Fuchshöfe stehen für Käse aus der Region in höchster Qualität. Sie vereinen viele landwirtschaftliche Betriebe und Hofkäsereien unter einem Dach und können dadurch eine breite Palette an Produkten aus unserer Region anbieten.

## **BEERENOBSTGEMEINSCHAFT RHÖN**

Die Beerenobstgemeinschaft ist ein Zusammenschluss aus acht heimischen landwirtschaftlichen Betrieben. Sie beliefern uns mit regionalen Säften und Sirups und setzen sich für den Erhalt regionaler Streuobstwiesen ein.

## **ABTEI DER BENEDIKTINERINNEN IN FULDA**

Die Abtei der Benediktinerinnen in der Innenstadt Fuldas beliefert unser Café mit feinen Kräutertees, die nach alten Rezepten von Schwester Fidelis hergestellt werden.

## **AZUL**

Die Traditionsrösterei nutzt für die bei uns verwendeten Kaffees ausschließlich fair gehandelte Bohnen in Bio-Qualität.

## **BIOHOF VOGEL**

Der landwirtschaftliche Betrieb der Familie Vogel in Dipperz produziert aus eigener Milch unsere leckeren Eissorten.

## KAFFEE & CO.

**FILTERKAFFEE** <sup>11</sup>, klein \_\_\_\_\_ 2,30 €

**FILTERKAFFEE** <sup>11</sup>, groß \_\_\_\_\_ 3,20 €

**CAFFÈ CREMA** <sup>11,G</sup>, klein \_\_\_\_\_ 2,40 €

**CAFFÈ CREMA** <sup>11,G</sup>, groß \_\_\_\_\_ 3,30 €

## ESPRESSO

**ESPRESSO** <sup>11</sup> \_\_\_\_\_ 2,00 €

**ESPRESSO DOPPELT** <sup>11</sup> \_\_\_\_\_ 3,00 €

**ESPRESSO MACCHIATO** <sup>11,G</sup> \_\_\_\_\_ 2,20 €

**ESPRESSO MACCHIATO DOPPELT** <sup>11,G</sup> \_\_\_\_\_ 3,20 €

## SPEZIALITÄTEN & SCHOKOLADE

**CAPPUCCINO** <sup>11,G</sup>, klein \_\_\_\_\_ 3,00 €

**CAPPUCCINO** <sup>11,G</sup>, groß \_\_\_\_\_ 3,30 €

**MILCHKAFFEE** <sup>11,G</sup> \_\_\_\_\_ 3,30 €

**LATTE MACCHIATO** <sup>11,G</sup> \_\_\_\_\_ 3,30 €

**MOCHACCINO** <sup>11,G</sup> Espresso, Heiße Schokolade, Sahne \_ 3,80 €

**CHAI LATTE** <sup>G</sup> \_\_\_\_\_ 3,30 €

**HEISSE SCHOKOLADE** <sup>G</sup> \_\_\_\_\_ 3,30 €

**HEISSE SCHOKOLADE MIT SAHNE** <sup>G</sup> \_\_\_\_\_ 3,80 €

**KINDERCAPPUCCINO** <sup>G</sup>

für unsere Kleinsten bis 2 Jahre \_\_\_\_\_ kostenlos

## EXTRAS ZUM KAFFEE

**VANILLE- ODER KAREMELLSIRUP** \_\_\_\_\_ 0,50 €



Zubereitet mit fairtrade-zertifizierten und nachhaltig angebauten Kaffees.

Alle Getränke bereiten wir auch gern mit laktosefreier Milch oder Hafermilch zu.

## TEE IM GLAS

**DARJEELING FIRST FLUSH** \_\_\_\_\_ 3,20 €  
Edler, zart-blumiger Schwarztee aus der ersten Pflückung im Frühling

**ROYAL GUNPOWDER** \_\_\_\_\_ 3,20 €  
Kräftiger Grüntee aus China aus kleinen, zu Kugeln gerollten Teeblättern

**ROOIBOS VANILLE** \_\_\_\_\_ 3,20 €  
Samtweicher Rooibostee mit Vanille, leicht süß, natürlich ohne Koffein

**PFEFFERMINZE** \_\_\_\_\_ 3,20 €  
Kräutertee mit würzig-minzigem Geschmack, leicht kühlend

**ALPENKRÄUTER** \_\_\_\_\_ 3,20 €  
Leicht minzige, fein ausbalancierte Teemischung mit erlesenen Alpenkräutern

**WALDBEERE** \_\_\_\_\_ 3,20 €  
Liebliche Früchteteemischung mit Waldbeeren

## TEE IM KÄNNCHEN

*Unsere losen Teesorten beziehen wir von der Abtei der Benediktinerinnen in der Innenstadt Fuldas, in deren Klostersgarten nach naturgemäßen Richtlinien gearbeitet wird. Der Tee wird nach altem Klosterrezept von Schwester Fidelis hergestellt.*

**ABTEITEE LEBENSFREUDE** \_\_\_\_\_ 5,00 €  
Rote Rosenblätter, Lavendelblüten, Salbei

**ABTEITEE APFELMINZE** \_\_\_\_\_ 5,00 €  
Mit seinem geringen Mentholgehalt empfiehlt sich der Tee als Erfrischung und duftender Kräutertee.

MIT UNSEREM  
FRÜHSTÜCK  
SCHLEMMERBLICK  
GELINGT DER PERFEKTE  
START IN DEN TAG!

Genießen Sie ein leckeres  
Frühstück bei einem  
wunderschönen Blick  
über Fulda.

# FRÜHSTÜCK

BIS 12.00 UHR

## SCHLEMMERBLICK

A, C, D, G, M, I, 11, 16

2 Bio-Brötchen & Croissant  
aus der antonius Bäckerei,  
Wurst- & Käseauswahl in  
Bio-Qualität, Lachs, gekochtes  
Bio-Ei\*, Tomate & Mozzarella,  
Rohkost & Kräuterquark,  
Marmelade in Bio-Qualität,  
Bircher-Müsli & mit Obst-  
garnitur, 1 Kaffeespezialität,  
1 Glas Orangensaft

15,90 €



**SÜSSE FLORA** <sup>A, G, H, M, TI</sup> \_\_\_\_\_ 6,50 €

1 Bio-Brötchen & 1 Croissant, Butter, Bio-Marmelade & Floratella  
(Nuss-Nougat-Creme aus eigener Herstellung), 1 Kaffeespezialität

**MUNTERMACHER** <sup>A, C, G, M, TI</sup> \_\_\_\_\_ 11,90 €

2 Bio-Brötchen & 1 Croissant, Käse in Bio-Qualität, gekochtes Bio-Ei\*,  
Rohkost & Kräuterquark, Butter, Bio-Marmelade, Bircher-Müsli mit  
Obstgarnitur, 1 Kaffeespezialität

**FRAUENBERGER KLASSIKER** <sup>A, C, G, I, J, M, TI, 16</sup> \_\_\_\_\_ 11,90 €

2 Bio-Brötchen & 1 Croissant, Käse & Wurst, gekochtes Bio-Ei\*,  
Rohkost & Kräuterquark, Butter, Bio-Marmelade, 1 Kaffeespezialität

**VITAL – UNSER VEGANER START IN DEN TAG** <sup>A, M, TI</sup> \_\_\_\_\_ 11,90 €

2 Bio-Brötchen, Margarine & Chutney, Linsenfplanzerln,  
Antipasti & Rohkost, Bio-Marmelade, Bircher-Müsli mit Obstgarnitur,  
1 Kaffeespezialität (auf Wunsch mit Hafermilch zubereitet)

**EXTRAS:**

Rührei <sup>C</sup> \_\_\_\_\_ 4,50 €

Rührei mit Bacon <sup>C, 16</sup> \_\_\_\_\_ 5,50 €

Honig von unseren Klosterbienen \_\_\_\_\_ 0,50 €

Floratella hausgemachte Nuss-Nougat-Creme <sup>H</sup> \_\_\_\_\_ 0,50 €

Frischer Obstsalat \_\_\_\_\_ 3,50 €

\*Anstatt des gekochten Ei  
wünschen Sie Rührei?  
Gern servieren wir dies zum  
Aufpreis von 2,00 €

# KUCHEN & TORTEN

AUS UNSERER HAUSEIGENEN KONDITOREI

*In unserer hauseigenen Konditorei bereitet unser Team täglich frische Kuchen und Torten zu. Mit viel Liebe und Handwerkskunst entstehen hier sowohl Klassiker wie Berliner Luft und Käsekuchen als auch immer wieder leckere neue Kreationen.*

**KUCHEN FÜR ZUHAUSE!**

**UNSER ANGEBOT:  
3 STÜCK KUCHEN**

**9,00 €**

**(NUR ZUM MITNEHMEN)**



# ALKOHOLFREIE GETRÄNKE

**RHÖNSPRUDEL** spritzig, medium, still 0,25 l \_\_ 2,30 €

**RHÖNSPRUDEL** spritzig, medium, still 0,75 l \_\_ 5,00 €

**APFELSAFTSCHORLE** \_\_\_\_\_ 0,3 l \_\_ 2,90 €

mit Saft von Rhöner Streuobstwiesen \_\_\_\_\_ 0,5 l \_\_ 4,10 €

**JOHANNISBEERSAFTSCHORLE** \_\_\_\_\_ 0,3 l \_\_ 2,90 €

\_\_\_\_\_ 0,5 l \_\_ 4,10 €

**OSTMOST RHABARBERSCHORLE** \_ 0,33 l \_\_ 3,50 €

**OSTMOST PARADIESSCHORLE** \_\_ 0,33 l \_\_ 3,50 €

Schorle aus Äpfeln, Birnen & Pflaumen von Streuobstwiesen

**HAUSGEMACHTE LIMONADE** \_\_\_\_\_ 0,4l \_\_ 4,00 €

Johannisbeer mit roten Früchten und saisonal wechselnde Sorten

**HAUSGEMACHTER EISTEE** \_\_\_\_\_ 0,4 l \_\_ 4,00 €

**APFELSAFT** von Rhöner Streuobstwiesen \_\_ 0,3 l \_\_ 3,10 €

\_\_\_\_\_ 0,5 l \_\_ 4,50 €

**ORANGENSAFT** \_\_\_\_\_ 0,3 l \_\_ 3,10 €

\_\_\_\_\_ 0,5 l \_\_ 4,50 €

# WEIN, SEKT & DRINKS

**GRAUBURGUNDER** <sup>12, L</sup> trocken \_\_\_\_\_ 0,2 l \_\_ 6,00 €

**RIESLING** <sup>12, L</sup> trocken \_\_\_\_\_ 0,2 l \_\_ 6,00 €

**ROTLING** <sup>12, L</sup> halbtrocken \_\_\_\_\_ 0,2 l \_\_ 6,00 €

**MERLOT** <sup>12, L</sup> trocken \_\_\_\_\_ 0,2 l \_\_ 6,00 €

**APFELWEIN** \_\_\_\_\_ 0,3 l \_\_ 2,70 €

\_\_\_\_\_ 0,5 l \_\_ 4,20 €

**WEINSCHORLE** \_\_\_\_\_ 0,2 l \_\_ 4,50 €

**FRAENZI**, Fränkischer Secco <sup>12, L</sup> \_\_\_\_\_ 0,1 l \_\_ 4,00 €

**FRAENZI**, Fränkischer Secco <sup>12, L</sup> \_\_\_\_\_ 0,75 l \_\_ 23,00 €

**GIN TONIC** <sup>14</sup> Tanqueray No. 10 \_\_\_\_\_ 7,50 €

**APEROL SPRITZ** <sup>12, L</sup> \_\_\_\_\_ 6,00 €

**WIESENKIEZ WILD BERRY** <sup>12, L</sup> \_\_\_\_\_ 6,00 €

# LIKÖR & SPIRITUOSEN

**EIERLIKÖR** <sup>C</sup> \_\_\_\_\_ 2 cl \_\_ 2,50 €

**SCHLITZER WILLIAMS BIRNE** \_\_\_\_\_ 2 cl \_\_ 3,50 €

**SCHLITZER HASELNUSS** <sup>H</sup> \_\_\_\_\_ 2 cl \_\_ 3,50 €

# BIER

*Feinwürzig, mild und hell – so schmeckt das erste Bio-Bier, das in Fulda gebraut wird. Die Franziskaner und antonius haben das Frohnatur gemeinsam mit dem Hochstiftlichen Brauhaus Fulda entwickelt.*



<b>HELLES</b> <sup>A</sup>	_____ 0,3 l _____	2,90 €
	_____ 0,5 l _____	3,80 €
<b>RADLER</b> <sup>A</sup>	_____ 0,3 l _____	2,90 €
	_____ 0,5 l _____	3,80 €

## *Bier vom Fass*

NUR IM FLORA  
KLOSTERCAFÉ:  
„FROHNATUR“  
VOM FASS

## *Flaschenbiere*

<b>WILL WEIZEN</b> <sup>A</sup>	_____ 0,5 l _____	3,80 €
<b>WILL WEIZEN ALKOHOLFREI</b> <sup>A</sup>	_____ 0,5 l _____	3,80 €
<b>HOCHSTIFT DRIVE ALKOHOLFREI</b> <sup>A</sup>	_____ 0,33 l _____	2,90 €





# SPEISEN

Auf Nachhaltigkeit und einen respektvollen Umgang mit der Umwelt und allen Geschöpfen wurde im Kloster auf dem Frauenberg schon immer geachtet. Die franziskanischen Grundsätze eines geschwisterlichen Umgangs mit der Schöpfung, jede Person als Ebenbild Gottes wertzuschätzen und den Mitmenschen in Offenheit und Liebe zu begegnen, sind aktueller denn je.

Wir leben das hier. In unserem inklusiven Küchenteam arbeiten Menschen mit und ohne Behinderung Hand in Hand. Einfache Speisen, für deren Zubereitung wir weitest gehen Produkte aus lokalem Anbau verwenden, werden mit viel Liebe hergestellt. **Kommen Sie auf den Geschmack!**

## FLAMMKUCHEN

*Knuspriger Teig aus unserer Bio-Bäckerei, frische Kräuter aus dem Klostergarten.*

**BONIFATIUS** <sup>2,A,G</sup> \_\_\_\_\_ 8,50 €

Schmand, Speck und Frühlingszwiebeln

**FRANZISKUS** <sup>A,G</sup> \_\_\_\_\_ 9,00 €

Mozzarella, Tomaten und Kräuterbutter

**LIOPA** <sup>A,G</sup> \_\_\_\_\_ 10,50 €

Schmand, Ziegenkäse, Feigen, Honig und Rosmarin

**STURMIUS** <sup>2,A,G</sup> \_\_\_\_\_ 10,50 €

Schmand, Antonius Schinken, Rucola und Parmesan



Unsere Flammkuchen, Vespergerichte, Salate und Suppen servieren wir Ihnen ab 12:00 Uhr.

# SUPPEN

**GULASCHSUPPE** <sup>A</sup> \_\_\_\_\_ 6,50 €

Hausgemachte Gulaschsuppe mit Bio-Fleisch vom antonius Hof.  
Dazu reichen wir eine Brotauswahl.

**TAGESSUPPE** <sup>A</sup> \_\_\_\_\_ 5,50 €

Saisonale, vegetarische Suppe. Dazu reichen wir eine Brotauswahl.  
Unsere Servicemitarbeiter nennen Ihnen gern das aktuelle Angebot.

# SALATE

**SALAT FRAUENBERG** <sup>H,J</sup> \_\_\_\_\_ 8,00 €

*mit unserem veganen Frauenberger Hausdressing, gerösteten Kernen  
und Nüssen sowie frischem Krustenbrot*

mit veganen Pflanzern und hausgemachtem Chutney <sup>A,J</sup> \_\_\_\_\_ 10,00 €

mit Ziegenkäse, Honig und Walnüssen <sup>G,H</sup> \_\_\_\_\_ 11,50 €

# VESPER

**FULDAER KÜMMELBROT** <sup>A,G</sup> mit Butter und frischen Kräutern \_\_\_\_\_ 3,50 €

**HOFKÄSE VOM ANTONIUS-HOF** <sup>A,G</sup> \_\_\_\_\_ 6,00 €

Weichkäse aus Kuhmilch mit frischen Trauben und Brot

**„ANTONIUS ALLERLEI“** <sup>A,G,I,J,16</sup> \_\_\_\_\_ 10,50 €

Schwartemagen & Hofkäse mit zweierlei Chutney,  
Butter, frisches Gemüse & Kümmelbrot



# ÜBERNACHTEN & TAGEN AUF DEM FRAUENBERG

Neben unserem Klostercafé bieten wir Ihnen die Möglichkeit, auf dem Frauenberg zu übernachten und zu tagen. Das Tagungskloster bietet Ihnen ein inspirierendes und gleichzeitig ruhiges Ambiente für Ihre Seminare und Tagungen.

Unsere Einzel-, Doppel und Familienzimmer sind sowohl ein gemütlicher Ort, um die Ruhe des Klosters zu genießen, als auch ein optimaler Ausgangspunkt, um Fulda zu erkunden.

## **UNSER TAGUNGSKLOSTER IN STICHWORTEN**

- 30 Zimmer mit Bad, Dusche und WC
- Tagungsräume mit bis zu 170 qm für bis zu 120 Personen
- Moderne Technik für digitale Präsentationen, Online-Konferenzen und hybride Veranstaltungen
- Freies WLAN
- Kostenfreie Parkmöglichkeiten

# IHRE FEIER AUF DEM FRAUENBERG

Unsere Räumlichkeiten im Café und im Kloster am Frauenberg und das wunderschöne Ambiente über den Dächern Fuldas sind der optimale Ort für Ihre Feier.

- Café FLORA für bis zu 90 Personen
- Terrasse des Cafés für bis zu 150 Personen
- Refektorium des Klosters für bis zu 120 Personen

Hochzeitsempfänge, Geburtstage, Firmenfeiern oder Jubiläen – wir bereiten Ihnen ein Fest, an das Sie und Ihre Gäste sich gern erinnern werden.





Foto: Thilo Schmülgen



## ZUSATZSTOFFE

- 1 mit Konservierungsstoffen
- 2 mit Farbstoffen
- 3 mit Antioxidationsmitteln
- 4 mit Süßungsmittel Saccharin
- 5 mit Süßungsmittel Cyclamat
- 6 mit Süßungsmittel Aspartam, enthält Phenylalaninquelle
- 7 mit Süßungsmittel Acesulfam
- 8 mit Phosphat
- 9 geschwefelt
- 10 chininhaltig
- 11 koffeinhaltig
- 12 mit Geschmacksverstärker
- 13 geschwärzt
- 14 gewachst
- 15 gentechnisch verändert
- 16 mit Nitratpökelsalz

## ALLERGENE

- A enthält glutenhaltiges Getreide
- B enthält Krebstiere
- C enthält Eier
- D enthält Fisch
- E enthält Erdnüsse
- F enthält Soja
- G enthält Milch und Milchprodukte
- H enthält Schalenfrüchte
- I enthält Sellerie
- J enthält Senf
- K enthält Sesamsamen
- L enthält Schwefeldioxid
- M enthält Lupine
- N enthält Weichtiere

Fotos ohne Quellenachweis:  
photoebene Marzena Seidel, Arnulf Müller

Unsere Bio-Produkte sind zertifiziert nach:



DE-ÖKO-006  
Deutsche  
Landwirtschaft



# FLORA

Klostercafé

Am Frauenberg 1  
36039 Fulda  
Telefon 0661 1095-300  
info@flora-fulda.de

**[WWW.FLORA-FULDA.DE](http://WWW.FLORA-FULDA.DE)**