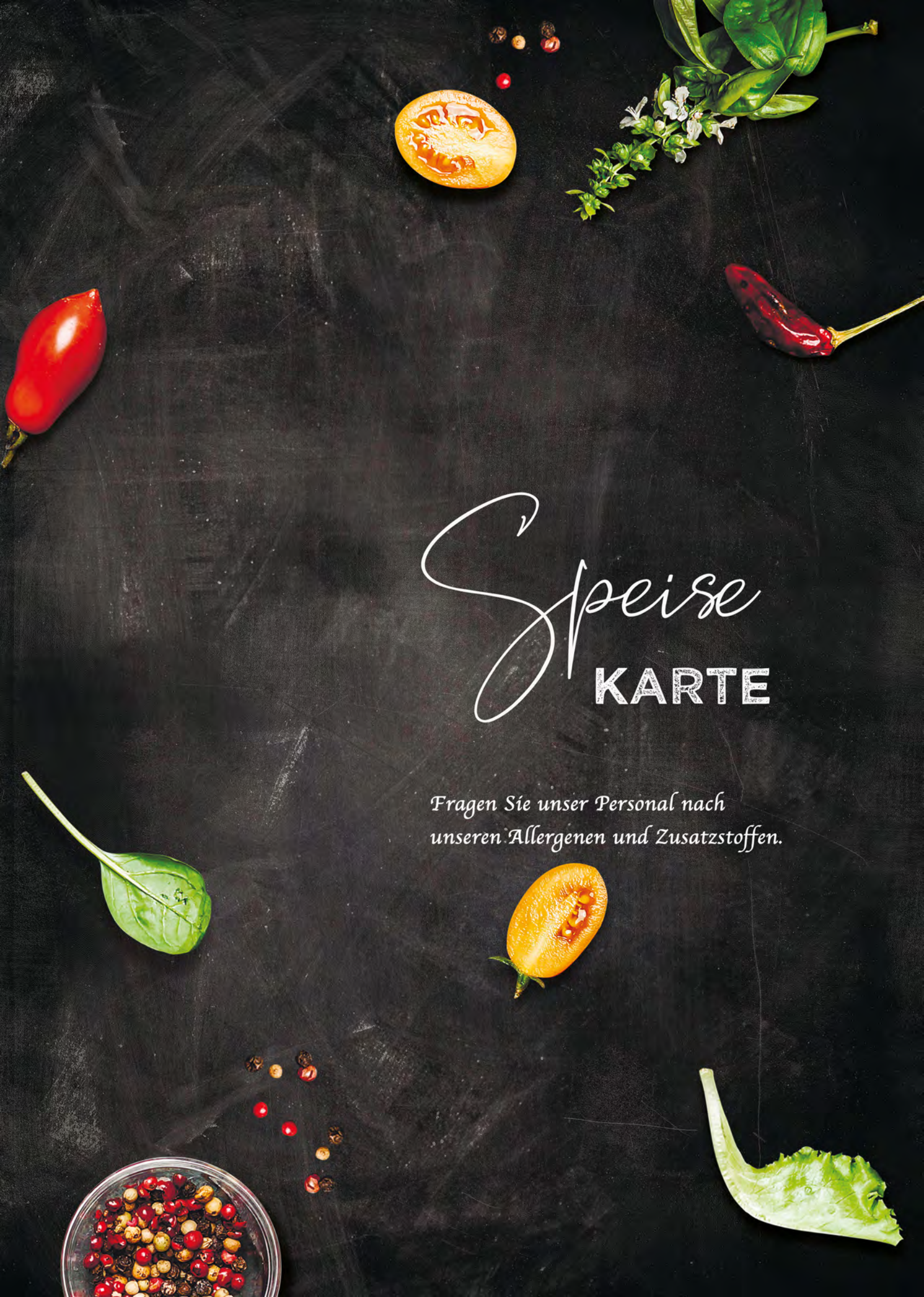




Speise KARTE

*Fragen Sie unser Personal nach
unseren Allergenen und Zusatzstoffen.*

Willkommen IM MIARA

Lesedauer: 3 Minuten

Das Miara ist ein Werkstattbereich der Lammetal GmbH aus Lamspringe - zu unseren Bereichen Metall, Holz, Montage, Aktenvernichtung, Garten- und Landschaftspflege haben wir seit dem 1. Mai 2018 auch den Bereich Gastronomie, in dem Menschen mit Behinderung unter fachlicher Anleitung arbeiten. Die Lammetal GmbH als gemeinnützige Lebenshilfe Einrichtung bietet Menschen mit Behinderung Arbeits- und Wohnplätze mit dem Ziel der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. In den Werkstätten arbeiten 450 Menschen mit verschiedenen Graden und Arten der Behinderung. Eine davon ist die **Intelligenzminderung**, dies ist eine unvollständige Entwicklung von geistigen Fähigkeiten. Sie kann das Denkvermögen, die Sprache oder auch die sozialen Fähigkeiten betreffen. Betroffene Menschen besitzen verringerte Fähigkeiten, neue oder komplexe Informationen aufzunehmen und zu verarbeiten. Zusätzlich haben Menschen mit dieser Behinderung häufig Schwierigkeiten im sozialen Miteinander.

Eine andere Behinderung ist die **psychische Erkrankung**. In unserer Werkstatt arbeiten auch Menschen, die von verschiedenen psychischen Erkrankungen betroffen sind. Um Ihnen einen Einblick zu verschaffen, erläutern wir Ihnen nachfolgend einige häufig auftretende Erkrankungen: **Die Depression**, sie ist gekennzeichnet durch eine starke Antriebslosigkeit, die sich über alle Lebensbereiche erstrecken kann. In schweren Fällen haben betroffene Menschen keinen oder nur noch einen schwach ausgeprägten Lebenswillen. **Eine Angststörung**, sie bezeichnet das übersteigerte Gefühl von Angst. Man unterscheidet hier zwischen einer **Phobie**, bei der sich die Angst auf einen bestimmten Bereich begrenzt, z.B. die Angst mit Menschen zu sprechen, und der **generalisierten Angststörung**, bei der die Angst sich über alle Lebensbereiche ausbreitet. Oder eine **Persönlichkeitsstörung**, sie zeichnet sich durch ein Erleben und Verhalten aus, welches deutlich von dem eines gesunden Menschen abweicht. Hier gibt es viele verschiedene Ausprägungsformen.

Sie möchten mehr über die verschiedenen Behinderungsbilder in unserer Werkstatt erfahren?

Unter www.lammetal.net/lammetalgmbh erhalten Sie weiterführende Informationen.

Seit der Eröffnung arbeiten Menschen mit und ohne Behinderung Hand in Hand im Miara. Das Restaurant ist Lern- und Tätigkeitsort, der sie ermutigt und stärkt, Arbeitserfahrungen entsprechend ihren Fähigkeiten zu machen. **Von großer Bedeutung ist:** Wir möchten jeden Menschen in seiner Individualität fördern und ermöglichen sich persönlich und beruflich weiterzuentwickeln. Ziel unserer Arbeit ist, dass Menschen mit Behinderung ihre Rechte auf Teilhabe am Arbeitsleben und am Leben in der Gemeinschaft ausüben können. Sie sind begeistert und stolz hier zu arbeiten. **Die Wertschätzung, die sie von den Gästen erhalten, ist von großer Bedeutung und dient ihnen als Motivation.** Für den Gast selbst gibt es keinen spürbaren Unterschied zu gängigen Restaurants.

Gut zu wissen.

In Deutschland gibt es 2.850 Werkstätten für Menschen mit Behinderung (Stand 2022)

Guter Service, beste Qualität, Leidenschaft & Persönlichkeit sind dabei "inklusive".

AKTIONEN & ANGEBOTE

Alle weiteren Infos und Veranstaltungen finden Sie auf unserer Internetseite unter www.miara.de



THEMEN-BUFFET

Jeden Mittwoch präsentieren wir ein **Themen-Bufferet**, welches von mediterranen über spanische bis hin zu klassischen Schnitzel Spezialitäten reicht.

18,90 € zzgl. Getränke



FRÜHSTÜCKS- BUFFET

Jeden Samstag gibt es ein leckeres Frühstücksbuffet von 10.00 bis 11.30 Uhr

13,90 € zzgl. Getränke



PREMIUM FRÜHSTÜCK FÜR ZWEI

Dienstag - Freitag

Verschiedene Brötchen und Crossants. Dazu Beilagen, 2x Eier, Joghurt mit Früchten, Hausgemachte Marmelade, 2x Prosecco o. Orangensaft von 9.00 bis 11.30 Uhr 19,90 €



SONNTAGS- BRUNCH

Jeden Sonntag kalte und warme Köstlichkeiten zzgl. Getränken von 10.00 bis 14.00 Uhr

24,90 € zzgl. Getränke



SCHNITZEL DIENSTAG

Jeden Dienstag Hähnchen- oder Schweineschnitzel mit Pommes, Salat und Sauce nach Wahl

von 17.30 bis 21.00 Uhr

13,90 €



BURGER DONNERSTAG

Jeden Donnerstag dazu reichen wir Cole- Slaw-Salat und Steakhousefries.

von 17.30 bis 21.00 Uhr

Jeder Burger für 12,90 €



RIPPCHEN SATT

Jeden 1. Mittwoch im Monat Dazu reichen wir Pommes, Krautsalat und 3 Saucen.

von 17.30 bis 21.00 Uhr

für 18,90 €

FRÜHSTÜCK

Dienstag - Freitag - 9.00 bis 11.30 Uhr

CLASSIC

8,90

- 1 BRÖTCHEN | WURST-UND KÄSESTPEZIALITÄTEN
SÜßE AUFSTRICH-VARIATION | BUTTER

PREMIUM

15,90

- 2 BRÖTCHEN | CROISSANT | RAUHLACHS
WURST- UND KÄSESPEZIALITÄTEN
SÜßE AUFSTRICH-VARIATION | BUTTER

SÜß

8,90

- 3 DREI CROISSANTS | MARMELADE | HONIG
HASELNUSSCREME | FRUCHTJOGHURT | BUTTER

OFENFRISCHES BRÖTCHEN

1,50

BUTTER

CROISSANT

2,50

BUTTER

GEKOCHTES EI

1,00

RÜHREI

4,90

BRÖTCHEN

RÜHREI

5,90

BRÖTCHEN | BACON

LACHS

5,90

Extrawünsche?

SPECIALS

PREMIUM FRÜHSTÜCK FÜR ZWEI

19,90

+ 2 PROSECCO ODER ORANGENSAFT

DIENSTAG - FREITAG | 9.00 - 11.30 UHR

FRÜHSTÜCKSBUFFET

13,90

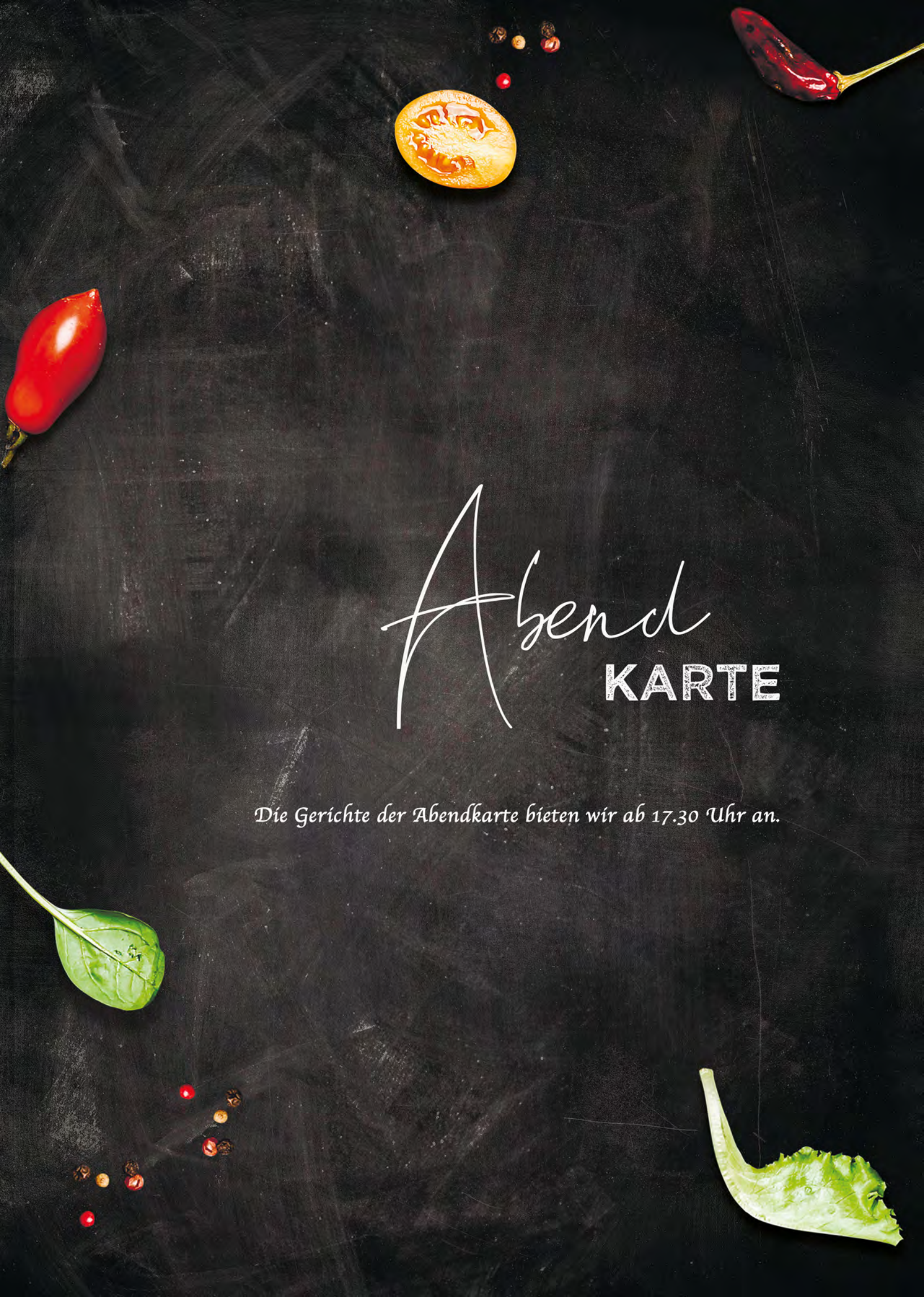
JEDEN SAMSTAG | 9.00 - 11.30 UHR

SONNTAGS-BRUNCH

24,90

JEDEN SONNTAG | 10.00 - 14.00 UHR

zzgl. Getränke



Abend KARTE

Die Gerichte der Abendkarte bieten wir ab 17.30 Uhr an.



STARTER

- 
- | | | |
|--|---|-------|
| 10 | RINDERCARPACCIO
RUCOLA PARMESAN PINIENKERNE OLIVENÖL
BALSAMICO GLACE SALATBOUQUET CIABATTA | 12,90 |
|  11 | ANTIPASTI-PLATTE
CIABATTA
WAHLWEISE MIT PARMASCHINKEN (+ 1,50) | 10,90 |
| 12 | VORSPEISENTELLER FÜR 2
BRUSCHETTA CAPRESE ANTI PASTI
CIABATTA AIOLI (+1,50) | 15,90 |
|  13 | CIABATTA MIT AIOLI
WAHLWEISE MIT:
ZWEIERLEI OLIVEN ODER PEPERONI (JE + 1,50) | 3,90 |



SUPPEN

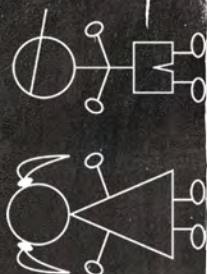
- 
- | | | |
|----|---|------|
| 20 | KAROTTEN-KOKOS-TRAUM
CIABATTA | 6,40 |
|----|---|------|

SALATE

*Wählen Sie ihr Lieblingsdressing:
Joghurt Dressing, Senferäuter- oder Himbeer-Vinaigrette*

- 
- | | | |
|--|---|-------|
| 30 | ROTE BEETE SALAT
GRÜNER SALAT KARAMELLISIERTE WALNÜSSE
GRANATAPFELKERNE CIABATTA
WAHLWEISE: GRATINIERTER ZIEGENKÄSE FETA WÜRFEL | 13,90 |
| 31 | FITNESS SALAT
BLATTSALAT KIRSCHTOMATEN GURKEN PAPRIKA
SESAMHÄHNCHEN KERNE CIABATTA | 13,90 |
|  32 | SALAT ALADIN
FALAFEL BÄLLCHEN BULGURSALAT BLATTSALAT
TOMATE CURKE PETERSILIE JOGHURT-MINZE-DIP | 10,90 |
- 

FÜR UNSERE KLEINEN GÄSTE



- | | | |
|--|---|------|
| 40 | CHICKEN NUGGETS
STEAKHOUSE-FRIES KETCHUP ODER MAYONAISE | 6,90 |
| 41 | KLEINES HÄHNCHENSCHNITZEL
ERBSEN-MÖHREN-RAHM POMMES | 7,90 |
|  42 | HAUSGEMACHTE GNOCCHI
TOMATENSAUCE KÄSE | 6,90 |
| 43 | POMMES FRITES | 3,90 |
| 44 | SÜSSKARTOFFEL-POMMES | 4,90 |

VEGGI



- | | | |
|----|---|-------|
| 45 | GRATINIERTER BLATTSPINAT
PINIENKERNE SCHAFSKÄSESAUCE
SESAMKARTOFFELN | 15,90 |
|----|---|-------|



PASTA



50

TAGLIARINI MIARA

BABYSPINAT | KNOBLAUCH | TOMATEN
SONNENBLUMENKERNE | RAHMSOßE

10,90



51

TAGLIARINI LIMONE

ZITRONEN-BASILIKUM-SOßE

10,90



52

TAGLIARINI TONI

GEMÜSE DER SAISON | TOMATENSOßE

10,90

Sie haben
die Wahl →

TOPPINGS:

HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN

4,90



FETA-WÜRFEL

3,90



MEDITERRANES GEMÜSE

3,90

FISCH

60

LACHSTRANCHE

ZITRONENWEIßWEINSOßE | MANDEL-BROKKOLI
DRILLINGE | BEILAGENSALAT

21,90





BURGER

*Zu jedem Burger reichen wir ein Schälchen
Cole Slaw Salat und Steakhousefries.*

70 CHICKEN BURGER

14,90

HOMESTYLE BRÖTCHEN | CRISPY CHICKEN
ANANAS CHUTNEY | SALAT | TOMATE | GURKE
GRANA PADANO | BURGERSAUCE

Unser
Renner!

71 BBQ BURGER

16,90

HOMESTYLE BRÖTCHEN | RINDFLEISCH-PATTY
BBQ-SAUCE | TRÖSTZWIEBELN | BACON | SALAT
TOMATE | ESSIGGURKE | CHEDDAR KÄSE
BURGERSAUCE



72 VEGGI BURGER

15,90

HOMESTYLE BRÖTCHEN | 2 LINSEN-PATTYS
BBQ-SAUCE | SALAT | TOMATE | ROTE ZWIEBELN
HUMMUS

73 CHILI CHEESE BURGER

15,90

HOMESTYLE BRÖTCHEN | RINDFLEISCH-PATTY
JALAPENOS | CHILI-CHEESE-SAUCE

74 ZWEITES RINDFLEISCH-PATTY

4,90

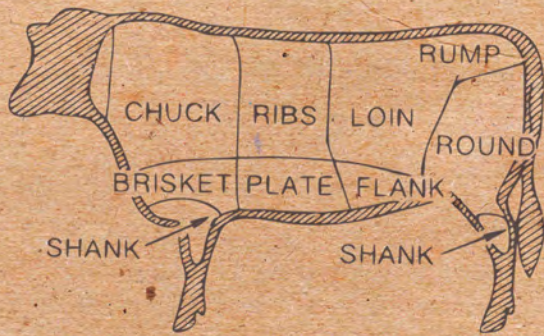


KLASSIKER

80 CURRYWURST MIARA

8,90

STEAKHOUSE FRIES | HAUSGEMACHTE SAUCE



FLEISCHGERICHTE

90 HÄHNCHENSTEAK

16,90

WEIßWEIN-SAUCE | BLUMENKOHL | BROKKOLI
VICHY MÖHREN | ROSMARINKARTOFFELN
BEILAGENSALAT

91 ARGENTINISCHES RUMPSTEAK

17,90 / 22,90

180 GRAMM ODER 230 GRAMM
KRÄUTERBUTTER | BEILAGENSALAT

Sie haben
die Wahl →

BEILAGEN:

ROSMARINKARTOFFELN	3,90
OFENKARTOFFEL MIT SOUR CREME	4,90
STEAKHOUSE-FRIES	3,90
HAUSGEMACHTE GNOCCHI	3,90
MEDITERRANES OFENGEMÜSE	4,90
GESCHMORTE SCHALOTTEN	2,90
BOHNENBÜNDCHEN MIT SPECK	3,90
SÜSSKARTOFFEL- POMMES	3,90

SOßEN:

PFEFFERRAHM	2,90
HOLLANDAISE	2,90
CHILI-HOLLANDAISE	2,90
CHAMPIGNONRAHM	2,90



DESSERT

Der Klassiker
der italienischen
Eisspezialitäten!

TARTUFO CLASSICO

5,90

HALBGEFRORENE SCHOKOLADENCREME | ZABAIONE-KERN
KAKAO | KANDIERTE HASELNUSS
WAHLWEISE MIT ESPRESSO + 1,00

TARTUFO CAFFÈ

6,90

HALBGEFRORENE KAFFEECREME | KAFFEEKERN | KAKAO
BAISERSTÜCKCHEN
WAHLWEISE MIT ESPRESSO + 1,00

FRISCHER APFELSTRUDEL

6,90

VANILLESAUCE | SAHNE

SCHOKO-TRAUM

7,90

SCHOKO-SOUFFLEE | FLÜSSIGER KERN | VANILLEEIS | SAHNE

KUGEL EIS

SORTEN

VANILLE | SCHOKOLADE
JOGHURT-KIRSCH | WALNUSS-KARAMELL

Kugel 2,00

VEGANE SORTEN

ERDBEERE

Kugel 2,00

TOPPINGS

SAHNE | SCHOKO-STREUSEL | SMARTIES

0,80



EISBECHER

KINDER EISBECHER

3,90

2 KUGELN NACH WAHL | STREUSEL

MIARA EISBECHER

6,50

SCHOKOLADE | VANILLE | JOGHURT-KIRSCH
SAHNE | SCHOKOSAUCHE

HERREN BECHER

7,50

SCHOKOLADE | VANILLE | WALNUSS
EIERLIKÖR | SAHNE | SCHOKOSAUCHE

SANFTER ENGEL

4,50

ORANGENSAFT | VANILLEEIS

EISKAFFEE

4,90

KALTER KAFFEE | VANILLEEIS | SAHNE
SCHOKOSAUCHE

EISSCHOKOLADE

4,90

KALTER KAKAO | VANILLEEIS | SAHNE
SCHOKOSAUCHE

