

frühstücken in kiel

2023 | 24



auch im Internet:
www.frühstücken-in-kiel.de



Das ist drin...

Locations

Alte Räumerei	11
Azul	23
Bäcker Steiskal	22
Blé Noir	6
Café Grün	25
Cotidiano	20
Erdkorn Bio-Café	15
Forstbaumschule	13
Fresco	14
Genussküste	24
IKEA	7
Gelateria La Luna	12
Margaretental	16
MeerRestaurant	8
Oblomow	21
Panorama 26	9
Pier 16	4
Ramonas Strandcafé	19
Restaurant Laurens	17
San Remo	10
Seebar	5
the niu Welly	18

Inhalt

Anbietersverzeichnis	2
Lust auf Frühstück!?	3
Locations	4
In fremden Ländern	26
Spieletipps für Kinder	28
Impressum/Infos	29
Wo genau?	30
Stadtplan	31

Lust auf Frühstück!?

Woran müsst ihr bei dem Wort Frühstück als Erstes denken? An Klassiker wie Spiegelei mit Speck oder den Geruch von Espresso beim Zeitunglesen am Morgen? An das Belegen der Pausenbrote für die Kinder, an einen ausgelassenen Brunch mit Freunden bei einem Glas Sekt oder an das zu hart gekochte Ei aus dem Lorient-Sketch? Oft hört man auch, das Frühstück sei **die wichtigste Mahlzeit des Tages**. Das trifft vielleicht nicht für jeden zu. Eines lässt sich aber mit Sicherheit sagen: Beginnt man seinen Tag mit etwas besonders Köstlichem, kann es den gesamten Tagesverlauf positiv beeinflussen.

Ein Glück also, dass Kiel und seine Umgebung zu einer regelrechten **Café- und Frühstückslandschaft des Nordens** geworden sind. Mit ihrer Vielfalt an Angeboten und Locations findet jeder je nach Stimmung das Passende für sich. Damit ihr euch in den tollen Frühstücks- und Brunchmöglichkeiten nicht verliert, haben wir auch dieses Jahr eine Auswahl für euch zusammengestellt. Von Tapas, über Smoothies, Waffeln, hausgemachten Aufstrichen, Kaffeespezialitäten bis hin zur klassischen norddeutschen Stulle ist für jeden Geschmack etwas dabei!

Und diejenigen, die lieber online stöbern, laden wir ein auf unserer Internetseite www.fruehstuecken-in-kiel.de oder bei Instagram unter [@fruehstuecken_in_kiel](https://www.instagram.com/fruehstuecken_in_kiel) vorbeizuschauen.

Wir wünschen euch einen tollen Start in den Tag und lasst es euch schmecken!

Euer Team von frühstücken in kiel





Pier 16

im ATLANTIC Hotel Kiel | Raiffeisenstr. 2 | 24103 Kiel | Tel. 0431-374 99 55 95
www.restaurant-pier16.de

- Frühstückszeiten** Mo-Fr 6.30-10.30 Uhr, Sa 7-11 Uhr, So 7-13 Uhr
Preis Frühstücksbuffet pro Person 26,- €
 Kinder bis 12 J. 13,- €, Kinder bis 6 J. sind eingeladen.
Angebot vielseitiges Frühstücksbuffet
Plätze 150 Sitzplätze im Restaurant
Reservierungen gerne unter Tel. 0431-374 99 55 95 oder
www.atlantic-hotels.de/hotel-kiel/restaurant-pier-16
 Blick auf die Kieler Förde und den Hafen
Lage Auch als Geschenk-Gutschein an der Rezeption oder
Und sonst... unter www.atlantic-hotels.de/gutschein erhältlich



Genießt ein tolles **Frühstücksbuffet in schönster Stadtlage** direkt an der Kieler Förde mit Blick auf den Hafen und mit einer großen Auswahl an herzhaften, süßen und fruchtigen Leckereien, frisch zubereiteten Eierspeisen und Waffeln. Alle Kaffeespezialitäten, Wasser, Säfte und Sekt sind ebenfalls inklusive.

Für die Kleinen gibt es eine Kinderspielecke und für die Großen als Highlight die **frisch zubereiteten Speisen** aus der Showküche.

Tipp: Reserviert rechtzeitig und genießt an Sonn- und Feiertagen das **Langschläfer-Frühstück** bis 13 Uhr.



SEEBAR

im Seebad Düsternbrook | Kiellinie 130 | 24105 Kiel | Tel. 0431-34185
www.seebar-kiel.de

- Frühstückszeiten** Sa & So/Feiertag 9.30-13 Uhr (April bis Oktober)
 Mo-Fr 9.30-12 Uhr (12. Juni - 25. August)
 ab 8,- €, großes Frühstück für zwei 34,- €
Preis bio & vegane Optionen, international, regionale Produkte, Pancakes, Overnight-Müsli, Smoothie-Bowl
Angebot 350
Plätze erwünscht (unter „Tischreservierung“
Reservierungen auf der Homepage)
Lage direkt an/auf der Kieler Förde, Meerblick
Und sonst... Rollstuhl geeignet, Parkplätze, auf & im Wasser gibt es für Kinder viel zu entdecken

Lässiger und mit dem wohl schönsten Blick **mitten auf dem Wasser** kann man in Kiel nicht frühstücken! Mit **hausgemachten Spezialitäten** und Brötchen aus der Seebad-Backstube.

Die Seebad liegt an der Kiellinie, 5 Gehminuten vom Marinehafen entfernt, direkt auf der Ostsee. Salzige Luft, Wellenschlag, Sonnenlicht, Deckchairs, Urlaub pur und mit Schwimmbad – **Kurzurlaub mit Frühstück!**

Tipp: Frühstücken, Schwimmen im Freibad direkt in der Förde, SUPs an der Leihstation oder einfach nur in der Sonne ein Buch lesen und den tollen Blick genießen.





Blé Noir

Blücherplatz 15 | 24105 Kiel | Tel. 0431-90898347
www.blenoir-kiel.de

Frühstückszeiten
Preis
Angebot

wochentags 9-12, Sa/So 10-14 Uhr, Di Ruhetag
 ab 4,50 €, Brunch 17,90 €
 überwiegend klassisch und französisch: Bio-Dinkelbrötchen, Buttercroissants, Buchweizengallettes (glutenfrei) z.B. mit Frühstücksspeck und Spiegelei
 innen 30, außen 16
 empfehlenswert
 direkt am Blücherplatz
 viele Parkplätze (außer an Markttagen)
 Tartes, Kuchen und Quiches aus eigener Produktion, glutenfreie Buchweizencrepes (Gallettes), Marmeladen aus der Region Alpes-Maritimes, mit sonnengereiften Früchten und mit Honig gesüßt, ohne Zusatzstoffe

Plätze
Reservierungen
Lage
Und sonst...
Spezialitäten

Gut ist gut, aber besser ist besser. Deshalb bleibt auch im „Blé Noir“ die Zeit nicht stehen und zu der bewährten Frühstückskarte sind jetzt auch **für Veganer attraktive Angebote** hinzugekommen. Wer also weiterhin die Wahl haben möchte zwischen klassischem Frühstück und **französischen Besonderheiten** ist in dem kleinen Lokal gut aufgehoben. Und das Beste bleibt sowieso immer das Beste: ein französisches Buttercroissant mit einem Café au lait. Optimalerweise an den

Markttagen, wenn die große Fensterfront geöffnet und der Blick auf das wuselige Treiben gegenüber frei wird.

Tipp: „Frühstück im Bistro“ – Croque Monsieur en famille (auch mit einer veganen Version) sowie Omelette-Varianten aus Bio-Ei von Hof Buchwald.



IKEA Kiel

Westring 1 | 24114 Kiel
www.IKEA.de/Kiel

Frühstückszeiten
Angebot

Mo-Sa 9.30-11 Uhr
 schwedisch, deutsch, Kaffeespezialitäten
 ab 1,50 €

Preis
Plätze
Lage
Und sonst...

390
 Kiel-Hassee, Buslinien 81 und 52
 Rollstuhl geeignet, Kinderspielecke, viele Serviceleistungen für Familien mit Kind und freies WLAN

Der Gast darf sich über eine **große Frühstücksauswahl** an kalten und warmen Speisen freuen, um danach gestärkt durch die Ausstellung des schwedischen Einrichtungshauses zu bummeln.

Höhepunkte für **Familien mit Kindern:** Kleine Gäste können sich in einer bunten Spielecke vergnügen. Außerdem stehen Kinderhochstühle, kostenlose Babynahrung, ein leckeres Kinderfrühstück, Kinderbesteck und Lätzchen zur Verfügung.

Spezialitäten: Für ein schwedisches Frühstück zu Hause sind z.B. leckerer Kaffee, fruchtige Bio-Marmelade oder auch schwedische Zimtschnecken im **Schwedenshop** hinter den Kassen erhältlich.





MeerRestaurant

Yacht Club Strande | Am Deich 1 | 24229 Strande | Tel. 04349-8511
www.meer-restaurant.de

- Frühstückszeiten** Mo-So tägl. 9-12 Uhr
 Frühstücksbuffet ab 6 Pers. am Platz
 ab 8,90 €
- Preis**
- Plätze** innen 60 und draußen 60 | mit Terrasse
- Reservierungen** sinnvoll, telefonisch oder per Mail
- Lage** Strandnähe, mit Meerblick
- Und sonst...** WLAN, Parkplätze ausreichend vorhanden
- Spezialitäten:** selbstgemachte Marmeladen, Kuchen und Torten
 aus eigener Konditorei



Das MeerRestaurant in Strande – **euer Treffpunkt direkt an der Ostsee**. An einer der schönsten Lagen mit Aussicht auf den Bootshafen und die Kieler Bucht laden wir euch ein, mit allen Sinnen zu genießen und zu entspannen. Freut euch auf angenehme Stunden in gepflegter Gastlichkeit und einem **maritimen Ambiente**.

Ob Einheimischer oder Urlauber, „Seefahrer“ oder „Landratte“ – wir verwöhnen euch mit regionaler Küche, saftigen Steaks, vegetarischen Gerichten und einer exzellenten Auswahl an frischen Fischgerichten. Bei uns könnt ihr das Meer nicht nur sehen, sondern auch schmecken.

Panorama 26

Fördeblick 3 | 24159 Kiel Schilksee | Tel. 0431-371865
www.panorama26.de

- Frühstückszeiten** Nov-April Di und Mi Ruhetag, ab Mai Mi Ruhetag
 alle anderen Tage ab 10 Uhr
 Sonntag und Feiertag Buffet
 Frühstück à la Carte ab 6,50 €
 Frühstücksbuffet 18,60 € inkl. Heißgetränke
- Preis**
- Angebot** Glutenfreie Brötchen/Brot auf Vorbestellung
- Reservierungen** Mo-Fr erwünscht, Frühstücksbuffet
 nur mit Tischreservierung
 30 Plätze auf der Sonnenterrasse,
 ca. 28 Plätze innen
- Plätze**
- Lage** direkte Strandlage mit Meerblick
- Und sonst...** Büchertauschcke, WLAN

Das Panorama 26 besticht Sommer wie Winter mit der **traumhaften Aussicht** auf das Meer. Das Team der inhabergeführten Lokalität verwöhnt morgens mit einem reichhaltigen Frühstück und nachmittags mit frischen Waffeln und Kuchen.

Mietet euch gerne einen Strandkorb und verweilt den ganzen Tag. Die Küche verwöhnt euch mit verschiedenen Speisen von Pommes/Currywurst bis zum Garnelenspieß auf Salat. Herzlich Willkommen!

Spezialitäten: Zum Buffet gibt es **hausgemachte Salate** und **Marmeladen**.





San Remo

Pizzeria San Remo | Dreiecksplatz 8 | 24105 Kiel | Tel. 0431-567856
www.sanremo-kiel.de

Frühstückszeiten	jeden 1. Sonntag im Monat von 10-14 Uhr Oktober bis Mai und/oder an ausgewählten Feiertagen (Termine werden auf der Webseite veröffentlicht)
Preis	ab 24,50 € pro Person, inkl. Begrüßungsgetränk, Kinder unter 13 Jahre zahlen 1,50 € pro Lebensjahr
Angebot	gr. italienisches Sonntags-Brunch-Buffet mit kalten und warmen Speisen, vielfältiges Angebot auch für Veganer empfehlenswert (telefonisch oder online)
Reservierungen	etwa 100
Plätze	
Lage	am Dreiecksplatz/Brunswiker Straße

Bei modernem und gemütlichem Ambiente verwöhnt das San Remo seine Gäste mit **italienischen Spezialitäten** und lädt zum Schlemmen und Verweilen ein. Direkt auf dem Schamottstein gebackene Pizza, frische, hausgemachte Pasta, knusprige, mediterrane Fleisch- und Fischgerichte sowie süße Verführungen zum Abschluss schmecken nach „dolce vita“. Im Familienbetrieb stehen dabei Genuss und Geselligkeit ganz nach italienischer Lebensart im Mittelpunkt.

Am Sonntagmorgen kann man beim großen **italienischen Sonntags-Brunch** entspannt bei einer großen Auswahl an hausgemachten Antipasti, warmen und kalten Gerichten, vegetarischen Spezialitäten, Käse-Variationen, Dessert-buffet, frischen Waffeln, knuspriger Pizza, Kaffee satt und vielem mehr mit Familie und Freunden in den Tag starten.

Tipp: Im Preis inklusive sind kleine, handgefertigte Pizzen frisch aus dem Schamottsteinofen und hausgemachte frisch gebackene Waffeln mit Kirschen.



Alte Räuherei

Werftstr. 5-7 | 24148 Kiel Ellerbek | Tel. 0431-79936446
www.alte-raeucherei.de

Frühstückszeiten	jeden Di: Frühstück ab 9 Uhr (Reservierung erbeten) 1. & 3. Sonntag – Sonntagsbrunch ab 10.30 Uhr 2. Sonntag – Brot & Spiele Eventbrunch ab 10.30 Uhr unregelmäßig: Green Garden Brunch (vegetarisch/vegan) Frühstück am Dienstag ab 8,90 € Brunch 21,90 €, Brot & Spiele 19,50 €, Ki ab 5 J. 1,- €/Lebensjahr
Preis	Brunchbuffet mit frisch zubereiteten Speisen, Kaffee, Tee und Säfte sind inklusive
Angebot	60 Plätze im Restaurant, 40 Plätze im Biergarten erforderlich unter Tel. 0431-79936446
Plätze	
Reservierungen	auf dem Kieler Ostufer, zentral an der Werftstraße eigener Parkplatz auf dem Hof
Lage	
Und sonst ...	

Wir freuen uns auf euren Besuch bei uns in der **historischen Fischräuherei**. Die tolle Location mit ihrem authentischen Ambiente vermittelt Gemütlichkeit und eine entspannte Atmosphäre. Für den kulinarischen Genuss sorgt unser Küchenteam, das mit Leidenschaft und frischen Zutaten kocht. Wir bieten leckeres, hausgemachtes Essen zu einem fairen Preis. Ein sehr gutes Preis-Leistungsverhältnis liegt uns als **Stadtteilrestaurant** sehr am Herzen. Das ist für uns „Soulfood“ – Essen, das allen Beteiligten Spaß macht!

Tipp: Brot & Spiele: lecker brunchen kombiniert mit **spannenden Spielerunden** von Mensch ärgere dich nicht bis zu den Siedlern von Catan. Für Brettspielfans ein Muss!





Gelateria La Luna

Holstenstr. 61 | 24103 Kiel | Tel. 0431-69661790
www.gelateria-laluna.de

Frühstückszeiten
Preis
Angebot

tägl. 9-12 Uhr
 ab 4,50 €
 von süß bis herzhaft wird alles geboten, frisches Rührei mit Eiern aus der Region, Buffets zu besonderen Anlässen und für größere Gruppen vorbestellbar am Wochenende sinnvoll, telefonisch
Reservierungen
Plätze
Lage
Und sonst...

70 innen, ca. 80 außen in der Holstenstraße direkt am Asmus-Bremer-Platz familienfreundlich, Rollstuhl geeignet, WLAN, Wickeltisch, behindertengerechte Toilette



Das Team von La Luna begrüßt euch mit frisch gebackenen Brötchen und Croissants, herzhaften Aufschnitten, süßen Marmeladen, frischen Käsevariationen und verschiedenen Eiergerichten, mit Eiern vom Bauernhof um die Ecke. Dazu genießt ihr einen ausgewogenen Kaffee oder typisch italienischen Cappuccino.

Nicht nur die **gemütliche Lounge Atmosphäre** im Inneren lädt zum Verweilen ein, sondern auch die große **Außen-Terrasse** gegenüber des historischen Asmus-Bremer-Platzes.

Spezialitäten: Ist nach dem Frühstück wieder Platz im Magen: hausgemachte Waffeln, Crêpes, Kuchen & Torten und leckere Eisbecher genießen.

Typ: Zu besonderen Anlässen wie Ostersonntag, -montag oder 1. bis 3. Advent finden „Spezial-Buffer“ mit einer großen Auswahl von verschiedensten Speisen statt.



Forstbaumschule

Düvelsbeker Weg 46 | 24105 Kiel | Tel. 0431-333496
www.forstbaumschule.de

Frühstückszeiten
Preis
Angebot

Mo-So 10-12.30 Uhr, tägliches Frühstücksbuffet am Wochenende & feiertags großes Schlemmerbuffet Mo-Fr 13,50 € inkl. Kaffee & Tee satt Sa-So 21,50 € inkl. Kaffee, Tee & Orangensaft satt umfangreiches Frühstücksbuffet mit vielen regionalen, saisonalen Komponenten vegan & vegetarisch und glutenfrei auf Wunsch online, per Mail oder telefonisch möglich
Reservierungen
Plätze
Lage

im Forstbaumschulen-Park

Idyllisch, in einer wunderschönen Parkanlage in Kiel, liegt das **traditionsreiche Restaurant und Parkcafé** Forstbaumschule mit einem der **schönsten Biergärten** Norddeutschlands.

Hier finden regelmäßig Konzerte und Lesungen statt, auch Sportereignisse wie Fußball oder Handball werden live auf Großbildleinwand in unserem Biergarten übertragen.

Typ: Neben einer umfangreichen Speisekarte bieten wir euch auch immer aktuelle regionale Spezialitäten und einen **abwechslungsreichen Mittagstisch** (Mo-Fr) an.





Fresco

Erlebnisastronomie | Manfred Simonet | Möllingstr. 3 | 24103 Kiel
Tel. 0431-98284674 www.fresco-kiel.de

Frühstückszeiten

Di-So 9-14 Uhr

Preis

Di-Fr All you can eat-Buffer 22,50 €; Sa, So 28,50 €
vegan, vegetarisch, fisch & fleisch, glutenfrei, Feinkost

Angebot

international. Mittagstisch und abendl. Grillevents
am Wochenende sinnvoll; per Telefon, Mail, Google

Reservierungen

Plätze

drinnen 55 Plätze, draußen 120 Plätze
Clubraum für bis zu 30 Pers., Saal für bis zu 200 Pers.

Lage

Und sonst... ?

Spezialitäten

in der Innenstadt, Nähe Wochenmarkt

Rollstuhl geeignet, WLAN, Wickeltisch, Sandkiste

alle Speisen aus eigener Manufaktur, Kaffeespezialitäten
und selbstgemachte Torten



Im Fresco findet ihr eine Welt der Märchen und Wunder. Der **wildromantische Garten** lädt dazu ein die Zeit zu vergessen und die vielen **hausgemachten Köstlichkeiten** verführen die Sinne. Morgens steht ein reichhaltiges Frühstücksbuffet bereit, dass durch seine 150 vielseitigen Speisen eine Auswahl für alle Geschmäcker bietet. Die **internationale Kreativität** ist in den verschiedenen Mittagsgerichten zu finden und die mit Liebe zubereiteten Torten versüßen die Kaffeezeit. Die Kinder können im Spielgarten wühlen und das Sonnendeck ist zum Genießen der Mittagssonne der beste Platz in der Kieler Innenstadt. Alle Kuchen und Speisen auch to go.

Tipp: Ein Brunch nach dem Wochenmarktbesuch.



Erdkorn Bio-Café

Innenstadt: Hopfenstr. 63 | 24103 Kiel
Schlossquartier: Schloßstr. 2 | 24103 Kiel |
www.erdkorn.de/filialen

Frühstückszeiten

jeweils ab 9 Uhr

Preis

ab 7,99 € inkl. Heißgetränk

Angebot

alle Zutaten zu 100% biologisch
vegan & vegetarisch

Plätze

Innenstadt: 28-34 Innenplätze
geöffnet von Montag bis Freitag

Lage

Schlossquartier: 17 Innenplätze, 16 Außenplätze
Innenstadt: im Sophienhof, Nähe Holstenstraße

Und sonst...

Schlossquartier: nahe der St. Nikolai-Kirche
Rollstuhl geeignet, freies WLAN in der Innenstadt,
öffentliche Parkhäuser jeweils in der Nähe

Spezialitäten

100% Bio! Sonderwünsche werden gerne erfüllt

Ihr wollt euch für einen ausführlichen Einkaufsbummel stärken? Euch etwas Gutes tun? Für einen Moment dem Innenstadt-Trubel entweichen? Die **Erdkorn Bio-Cafés** laden herzlich dazu ein!

In hellem, freundlichem Ambiente könnt ihr eine umfangreiche Auswahl an vegetarischen oder veganen Stückchen, Kuchen, Herzhaftem und feinen Frühstücken genießen. Dazu vielleicht eine feine **Kaffeespezialität** oder ein frisch gepresster Saft? Außerdem könnt ihr täglich aus wechselnden veganen oder vegetarischen Mittagstisch-Speisen wählen. Und das alles sogar schnell und gleichzeitig gesund, regional sowie aus **100% biologischen Zutaten**.



Tipp: Gönt euch eine gesunde und gemütliche Pause und verbindet diese mit einem Einkauf in unserem gut sortierten **Erdkorn Bio-Supermarkt**.



Margareental

Alte Chaussee 40 | 24107 Kiel | Tel. 0431-12873705
www.margareental.de

Frühstückszeiten Preis

sonntags 9.30–11.30 Uhr, Buffetform
19,50 € inkl. Tee und Filterkaffee, Kinder bis 6 J. frei,
6–14 Jahre 1,- € je Lebensjahr

Angebot Plätze Reservierungen Lage Und sonst...

vegan und glutenfrei auf Vorbestellung, regional
drinnen und draußen mit Blick auf den Kanal
empfohlen, über die Homepage oder per Telefon
am Rand von Kiel, direkt am Nord-Ostsee-Kanal
barrierefrei, WLAN, Wickeltisch, Spielschiff für Kinder

Im Margareental wird die **kulinarische Vielfalt Schleswig-Holsteins** auf den Tisch gebracht – von der herzhaften traditionellen Küche über neuinterpretierte Klassiker bis hin zu saisonalen Spezialitäten. Eins haben alle Gerichte gemeinsam: Sie werden mit viel Leidenschaft aus den besten Zutaten der Region zubereitet.

Ein **reichhaltiges Frühstück** ist der perfekte Start in den Tag, daher bietet das Margareental nun auch die Möglichkeit an, den Sonntag auf diese Art zu beginnen. Während die Schiffe auf dem Kanal vorbeifahren, liegt der Duft von frischen Brötchen in der Luft. Das Menü ist auf der Homepage unter www.margareental.de zu finden.

Spezialitäten: regionale und saisonale Produkte, Fair Trade Bio Kaffee

Tipp: Nach dem Frühstück bietet sich ein schöner Spaziergang entlang des Kanals an.



Restaurant Laurens

Mühlenstr. 37 | 24229 Dänischenhagen | Tel. 04349-917070
www.restaurant-laurens.de

Frühstückszeiten

Mo-So 9–12 Uhr (im Winter nur Sa & So)
Buffet am Tisch (auf Vorbestellung ab 6 Pers.)

Angebot

regionale Produkte, hauseigene Konditorei,
veganes Frühstück auf Anfrage

Preis

Frühstücksangebote ab 4,90 €

Plätze

mit Sonnenterrasse und überdachtem Außenbereich,
bis zu 150 Personen

Lage

mitten im Grünen, im Golf- und LandClub
Gut Uhlenhorst

Und sonst...

kostenfreie Parkplätze direkt vor der Tür, barrierefrei
zugänglich, familienfreundlich, WLAN

Spezialitäten

hausgemachte Pasta, Kuchen und Torten aus eigener
Konditorei

Eingebettet in die **idyllischen Grünanlagen des Golf & LandClubs Gut Uhlenhorst** ist das Restaurant Laurens der perfekte Ort, um lecker zu essen und zu entspannen. Ob nach einem ausgiebigen Spaziergang, als Stopp bei einer Fahrradtour, für ein leckeres Frühstück, Mittag- oder Abendessen oder zum abendlichen Absacker – die frisch modernisierten Räumlichkeiten und die großzügige Terrasse laden zum Verweilen ein. Kulinarisch können sich die Gäste auf Gerichte aus regionalen Produkten sowie Pasta, Kuchen und Torten aus eigener Produktion freuen.

Tipp: Brunch genießen mit anschließendem **Schnuppergolf**.





the niu Welly

Andreas-Gayk-Str. 10 | 24103 Kiel | Tel. 0431-555 888 09
www.the.niu.de/welly

- Frühstückszeiten** Mo-Fr 6.30-10.30 Uhr, Sa/So + feiertags 7-11.30 Uhr
Preis ab 14,50 €, inkl. Getränke
Angebot vegan, Bircher Müsli, Rührei, Speck, Brötchen, Brot-sorten, Aufschnitt, Superfood
Plätze 50 Plätze Indoor, 20 Plätze Outdoor
Reservierungen erbeten (telefonisch), Platzreserv. nicht möglich
Lage in der Innenstadt, nahe Bootshafen
Und sonst... WLAN, Rollstuhl geeignet, Wickeltisch



Im the niu Welly weht dir ein frischer Wind um die Nase, denn bei uns dreht sich alles rund um das Leben an Meer und Hafen. Starte direkt von unserem leckeren **Frühstücksbuffet** zu einem Stadtbummel oder einer Fahrradtour.

Spezialitäten: Es erwarten dich neben einer bunten Auswahl an leckeren Brötchen, veganen Brotaufstrichen oder Birchermüsli auch frischgebackene Pancakes mit Granatapfelkernen und Obstsalat. Neben Säften und einer vielfältigen Bio-Teeauswahl werden bei uns auch Kaffeespezialitäten angeboten – alles natürlich inklusive.

Tipp: Bleib' doch gleich bei uns und kombiniere das Frühstückserlebnis mit einer erholsamen **Übernachtung bei uns im Hotel**. Wir freuen uns auf dich!
 Dein the niu Welly-Team

Ramonas Strandcafé

Jungfernstieg 70 | 24340 Eckernförde | Tel. 04351-7138655
www.ramonas-strandcafe.eatbu.com

- Frühstückszeiten** März-Okt, Di-Fr 9-11 Uhr, Sa/So 9-12 Uhr
 Nov-Feb, Di-Fr 9-11 Uhr, Sa/So 10-12 Uhr
Preis ab 7,90 € (kl. Frühstück) bis 15,90 € (gr. Frühstück)
Angebot fairtrade, Bioteesorten Eilles, Bio Kaffee, vegane Kuchen, frische Waffeln, Flammkuchen
Plätze 28 drinnen und 40 draußen
Lage nahe Innenstadt sowie Strandnähe mit Meerblick in den Strandkörben
Und sonst... barrierefrei (nicht auf der Toilette), WLAN

Es erwartet euch ein **skandinavisch maritimes Café** mit familiärem Charme. Ramonas Strandcafé gilt als Ort der Entschleunigung für Nachbarn, Freunde oder Gäste der Stadt. An diesem Ort bekommen Jung und Alt die Gelegenheit sich zu erholen und aufzublühen. Neben dem leckeren Frühstücksangebot werden durch **hausgemachtes Gebäck und Torten aus Großmutterns Zeiten** Erinnerungen geweckt...

Spezialitäten: Hervorragender Kaffee aus biologischem Anbau kombiniert mit liebevollen Frühstücksoptionen – auch für Veganer und Vegetarierer. Und wenn ihr dann noch weiter schlemmen möchtet: probiert gern die Kuchen aus eigener Herstellung.





Cotidiano

Kielline | Reventloulallee 2 | 24105 Kiel | Tel. 0431-58781828
www.cotidiano.de

- Frühstückszeiten** Mo-So bis 16 Uhr
- Preis** ab 5,90 €
- Angebot** hochwertige, hausgemachte Produkte, für alle Ernährungsformen; große vegetarische/vegane Auswahl
- Plätze** 190 innen, 150 auf der Sonnenterrasse mit Meerblick
- Reservierungen** nehmen wir gerne entgegen, nicht am Sa + So zwischen 8 und 13 Uhr
- Lage** an der Kiellinie, direkt am Wasser
- Und sonst...** Frühstück bis 16 Uhr, Rollstuhl geeignet, WLAN, Parkplätze in der Nähe

Bei Cotidiano erwartet Gäste unter dem Motto „Ein Platz für dich – morgens, mittags, abends“ den ganzen Tag über **frisches „Healthy Food“ für Körper und Seele**, passend für jeden Ernährungsstil und mit vielen Produkten in Bio-Qualität. Ab 16 Uhr gibt es eine speziell entwickelte Abendkarte mit Vorspeisen und „Comfort Food“.

Spezialitäten: Brotwaren, Eier oder Milch sowie weitere Produkte werden in **Bio-Qualität** angeboten. Unsere **100 % Arabica Kaffeebohnen** werden als Direct Trade bezogen und werden im Restaurant auch für Zuhause verkauft.



Oblomow

Restaurant & Bar | Hansastr. 82 | 24118 Kiel | Tel. 0431-79960853
www.oblomow-kiel.de

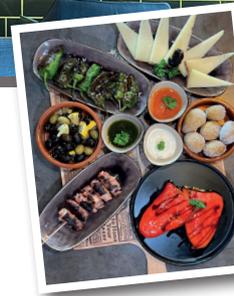
- Frühstückszeiten** Brunch jeden So von 11-15 Uhr (Oktober bis April und Osterbrunch)
- Preis** 27,90 €, Kinder bis 12 Jahre 1,- € pro Lebensjahr
- Angebot** mediterran, viel vegetarisch
- Plätze** 60 innen und 35 außen im Wintergarten mit Heizpilz
- Reservierungen** gerne vorab per Telefon
- Lage** Innenstadt, Uninähe
- Und sonst...** WLAN, Sofaecke, rollstuhlgerechter Zugang, Wickeltisch

Viele kennen das Oblomow als Studentenkneipe von damals. Das jetzige Oblomow knüpft in einer modernen Interpretation an diese Tradition an. Die mediterrane Karte verzaubert jeden Geschmack, von Pizza & Pasta über Burger, Bowls sowie frische Fischgerichte und leckere Steaks vom Grill. Zum Abschluss einen unseren leckeren Cocktails genießen – perfekt. Genießt das Brunch, die Cocktails oder auch unsere anderen Leckereien der Speisekarte bei Sonnenschein auf unserer schönen neuen Terrasse!

Spezialitäten: **Brunchbuffet** mit hausgemachten Antipasti, frische Fisch- und Fleischgerichte, vegetarische Pastagerichte, Getränkebar zum selbst bedienen, Aufschnittvariationen

Tip: Sonntag ausgeschlafen und ihr wisst nicht, ob noch Frühstücks- oder bereits Mittagszeit ist? Dann seid ihr bei uns richtig, denn wir bieten eine schöne Variation an kalten und warmen Gerichten an.





Steiskal

Holstenstr. 51 | Citti-Park | Querpassage | 59 weitere Standorte in Kiel und Umgebung auf www.baecker-steiskal.de

- Frühstückszeiten** bis 12 Uhr, an einigen Standorten auch länger
Preis ab 4,75 € inkl. eines kleinen Hauskaffees
Angebot Frühstück, Kaffee und Kaffeespezialitäten mit unserer Eigenmarke Röststoff, Brot & Brötchen, Snacks, Kuchen und Torten aus der hauseigenen Konditorei
Plätze Innen- und Außenplätze (außer in der Querpassage)
Lage überall in Kiel und Umgebung, garantiert auch in eurer Nähe



Stärkt euch bei uns mit der wichtigsten Mahlzeit des Tages – für den Shoppingbummel, den Strandbesuch oder auch einfach nur weil es richtig lecker ist. Unser Frühstücksangebot reicht von **süß bis herzhaft**, für den kleinen oder den großen Hunger. Frühstück geht bei uns ganz gemütlich oder auch auf die Schnelle. Dazu gibt es natürlich eine Vielfalt an leckeren Snacks, mit viel Liebe frisch vor Ort belegt und selbstverständlich immer mit knusprigen Brötchen oder Broten aus unserer **Handwerksbäckerei**.

Mit unseren **Sahnestücken** aus unserer hauseigenen Konditorei könnt ihr euch jeden Nachmittag versüßen!

Spezialitäten: Unsere Eigenmarke im Bereich Kaffee: Röststoff! Übrigens auch als ganze Bohne für zuhause erhältlich.

Tipp: In unserer Filiale in der Holstenstr. können ihr euer Frühstück noch mit einem frisch gepressten Orangensaft ergänzen!

Azul

Wall 2 | 24103 Kiel | Tel. 0431-99699949
www.azul-kiel.de

- Frühstückszeiten** Mo-Fr 9-12 Uhr, Sa/So 9-14 Uhr
Preis ab 4,50 €
Angebot vegan, vegetarisch, spanisch und deutsch, bio
Reservierungen sinnvoll, gerne telefonisch
Plätze 50 drinnen, 60 draußen auf der Terrasse
Lage Am Bootshafen
Und sonst... Rollstuhl geeignet, WLAN, Wickeltisch

Gastfreundschaft ist im Azul genauso wichtig wie die Qualität unserer Speisen und Getränke. Bei uns kannst du die ganze **kulinarische Vielfalt Spaniens** entdecken. Das Azul bringt euch das Beste an den südeuropäischen Köstlichkeiten direkt nach Kiel. Auf euren Tellern und in euren Gläsern findet ihr das Ergebnis aus vielen inspirierenden Reisen unseres Küchenteams nach Spanien. Die Aromen und die Hingabe beim Zubereiten spiegeln sich in jedem Bissen wider. Die umfangreiche Frühstückskarte bietet ein großes Angebot von süßen und salzigen Speisen, ganz nach eurem Geschmack.

Tipp: Solltet ihr in dem reichhaltigen Frühstücksangebot nichts Passendes finden – **Tapas** gibt es bei uns den ganzen Tag!





Genussküste

Scharnhorststr. 2 | 24105 Kiel | Tel. 0431-53013611
www.genusskueste.de

- Frühstückszeiten** Mo-Fr 7:30-12 Uhr, So 10-13 Uhr
Angebot Kaffeespezialitäten, regional, teils bio, hausgemacht, frisch
- Plätze** 19 Plätze drinnen, 20 draußen, Sonnenterrasse
Reservierungen sinnvoll
- Lage** Am Blücherplatz, Ecke Spielplatz
Und sonst... 54°20'34.6"N 10°08'18.8"E
 Rollstuhl geeignet, WLAN, ruhige Lage, Parkplatz-möglichkeiten, alles auch To Go



Morgens bei einem feinen Café, Cappuccino oder Ostfriesen-Eistee neben der frisch geschmierten Stulle, dem süßen **Franzbrötchen** oder dem hausgemachten Granola durch die Tageszeitung blättern?

Für den kleinen Hunger zwischendurch bieten wir mittags tolle hausgemachte Suppen, einen Mittagstisch und Salate an (selbstverständlich mit Zutaten aus unserer Region) – zusammen mit einer Rhabarberschorle, die perfekte Vorbereitung auf die zweite Hälfte des Tages. Um das Angebot abzurunden, kann am Nachmittag ein Stück (oder auch zwei...) selbstgebackener Kuchen genossen werden, vielleicht zusammen mit einem Latte Macchiato oder einem OMI-Tee?

Spezialitäten: frischgemachte Stullen, hausgemachte Granola, Croissants, leckerste Franzbrötchen!

Café Grün

Markt 24 | 24211 Preetzl | Tel. 04342-7614796
www.cafe-gruen-preetz.eatbu.com

- Frühstückszeiten** Mo, Mi-Sa 9-13 Uhr, So 10-13 Uhr
Preis ab 5,80 €
Angebot hausgemachtes Schwarzbrot & Marmeladen, Brötchen, Rührei, Lachs; teils vegan, teils glutenfrei
- Reservierungen** sinnvoll, über die Website
Plätze 8 Tische drinnen, 7 draußen
Lage Preetzer Innenstadt, gute Zuganbindung
Und sonst... Rollstuhl geeignet, kostenlose Parkplätze



Café Grün ist ein **Familienbetrieb** durch und durch. In gemütlicher Atmosphäre begeistert das Team seine Gäste aus Preetz und Umgebung. **Mit Liebe zum Detail** werden Brot, Limonaden, Chai Latte, Kuchen und weitere Spezialitäten selbst hergestellt. Im Frühling und Sommer kannst du in der Sonne einen Eiskaffee, eine Estragonlimonade oder ein kühles Bier genießen. Von Morgens bis zum späten Nachmittag gibt es eine große Auswahl an verschiedenen Köstlichkeiten wie die **glutenfreien Blintschiki**. Blintschiki sind dünne Pfannkuchen nach russischer Tradition, die sowohl süß, als auch herzhaft gegessen werden können. Auch die weiteren Frühstücke wie das Schlemmerfrühstück lassen keine Wünsche offen. So macht der Start ins Wochenende wirklich Spaß!

Tipp: Anschließender Spaziergang rund um den Kirchsee





In fremden Ländern

Das klassische deutsche Frühstück bestehend aus Brötchen, herzhaftem Aufschnitt, süßem Belag, Müsli, Tee und Kaffee kennen wir alle. Bei unseren Kieler Frühstückshotspots ist die Auswahl schon lange weitaus exotischer. Wir haben uns gefragt, was in anderen Kulturen traditionell morgens auf den Tisch kommt und die Frühstücksgewohnheiten von sechs Ländern auf sechs verschiedenen Kontinenten für euch zusammengestellt:

Wer bei einem **kanadischen Frühstück** an amerikanische Pancakes mit Ahornsirup denkt, liegt nicht ganz falsch! Ein „Full American Breakfast“ beinhaltet Pancakes mit Sirup, Eier und Schinken, Toast oder Brötchen mit Marmelade, Bratwürstchen und „Hash Browns“ (ähnlich wie Kartoffelpuffer). Da Kanada ein großer Konsument von Getreideprodukten ist, gibt es eine bunte Auswahl an Backwaren zum Frühstück. Besonders beliebt sind Bagels belegt mit Spiegelei und Speck oder nach eigenem Geschmack. Durch das Kochen in Honigwasser bekommt der Bagel seinen leicht süßlichen Geschmack. Dazu trinken die Kanadier Kaffee oder Saft.

Die Frühstücksgerichte in **Kolumbien** sind genauso vielfältig wie die unterschiedlichen Landschaften und Kulturen des Landes. Arepas sind runde Maisfladen, die man gefüllt oder als Beilage essen kann und in ganz Kolumbien auf den Tisch kommen. Alternativ gibt es Brötchen aus Mehl und Schafsmilch – Almojábana genannt. Traditionell werden sie mit heißer Schokolade und einem Stück Käse verzehrt. Auch Suppen werden gerne zum Frühstück gegessen, z.B. Caldo de Costilla, eine kräftige Rindfleischsuppe. Dieses Gericht ist nicht nur eine beliebte Frühstücksspeise, sondern auch ein bewährtes „Hangover Cure“ für verkaterter Kolumbianer.

Im Kaffeetrinken machen uns die **Schweden** nichts vor. Dort hat Kaffee nämlich eine weitaus größere Bedeutung als bei uns. Im Gegensatz zum deutschen Filterkaffee wird schwedischer Kaffee stärker aufgebriht und

hat eine dunklere Röstung. Zum Frühstück werden zwei bis drei Tassen davon getrunken. Dazu gibt es Knäcke- oder Weißbrot herzhaft oder süß belegt. Kaviarcreme aus der Tube, genannt Kalles Kaviar in typisch schwedischem blau-gelben Design, ist eine schwedische Spezialität, die bei keinem Frühstücksbuffet fehlen darf. Auch Müsli-Fans kommen auf ihre Kosten, meist wird dies mit Filmjölk serviert, einer schwedischen Sauermilch, die der deutschen Buttermilch sehr ähnelt. Havregrynsgröt ist ungesüßter Haferbrei, der gerne mit Marmelade oder Apfelmus aufgepep't wird.

In **Ägypten** kommen morgens schon sehr reichhaltige und herzhafte Speisen auf den Tisch. Ful ist ein sämiger Brei aus Saubohnen, der zum Frühstück serviert wird und als ägyptisches Nationalgericht gilt. Die eiweißreiche Mahlzeit ist sehr nahrhaft und hält lange satt, da Mittagessen in Ägypten üblicherweise erst zwischen 14 und 17 Uhr gegessen wird. Ful isst man mit Fladenbrot und Joghurt. Dazu gibt es Schafskäse, Omelette, Gurken und Tomaten. Und natürlich darf schwarzer Tee nicht fehlen, einige trinken ihn mit Milch, andere mit frischer Minze, je nach Geschmack.

Das Frühstück in **Japan** soll das gesundeste der Welt sein. Nicht umsonst hat das Land eine der höchsten Lebenserwartungen weltweit. Zu einem traditionellen japanischen Frühstück gehören Miso-Suppe, Reis, Tsukemono (eingelegtes Gemüse), gegrillter Fisch, Tamagoyaki (Omelette) und Nattō (fermentierte Sojabohnen). Miso-Suppe ist in Japan so unverzichtbar wie Brot in Deutschland und basiert auf einer Fischbrühe, die mit Miso, einer Gewürzpaste aus Getreide, Reis und fermentierten Sojabohnen angereichert wird. Meist wird der Suppe noch Tofu, Gemüse oder Algen hinzugefügt. Nattō ist aufgrund seiner Konsistenz und Geruch eine berühmt-berüchtigte Speise, die aus fermentierten Sojabohnen besteht und als besonders gesund und beliebt gilt. Da das traditionelle Essen sehr aufwändig ist, finden westliche Frühstücksgewohnheiten immer mehr Anklang bei den Japanern.

Was für die Deutschen Nutella ist, ist für die **Australier** Vegemite. Nur eben kräftig anstatt süß. Der Vitamin B-reiche Brotaufstrich besteht aus einem Hefeeextrakt und schmeckt sehr salzig und würzig. Vegemite ist in Australien ein Nationalgut, wird meist auf Toast gegessen und ist von den Frühstückstischen nicht wegzudenken. Wer es besonders herzhaft mag, isst schon morgens einen Meat-Pie. Dieser wird gefüllt mit Hackfleisch, Pilzen und Ei. Für die süße Abwechslung kommen Weet-Bix auf den Tisch. Die ballaststoffreichen Frühstückskexke werden in Milch eingeweicht und als Müsli gegessen.

Selin Erle



Für Kinder!

Liebe Eltern, Großeltern, Tanten, Onkel und Freund*innen,

viele der in diesem Frühstücksplaner aufgeführten Cafés und Restaurants sind auf Familien mit Kindern eingestellt und haben entsprechende Angebote: **Wickeltisch und Hochstühle** sind in der Regel immer vorhanden. Einige haben zur **Beschäftigung** Malbücher mit Stiften, Spiele oder gar eine Spielecke, manche bieten leckere **Kindergerichte** oder Kinderteller an und andere haben sogar eine Spielmöglichkeit im Freien. Fragt einfach einmal nach.

Und sollte alles ausgeschöpft sein und ihr wartet länger auf eure Bestellung oder möchtet nach dem Essen einfach noch ein wenig länger gemütlich verweilen, könnte man auf **Klassikerspiele** wie Kartenhäuser aus Bierdeckeln bauen, Schere-Stein-Papier, Drei gewinnt, Schiffe versenken, Ich packe meinen Koffer oder Stadt-Land-Fluss mit speziellen Kategorien zurückgreifen. Wenn ihr kreativ werden möchtet, könnt ihr z.B. aus Servietten kleine Gespenster knoten. Ihr braucht hierfür eine Bastelanleitung? Wie wäre es mit der kostenlosen iPhone-App „How to make Origami“. Die entstehenden Figuren lassen sich ganz wunderbar als Fingerpuppen einsetzen.

Ein weiterer Tipp: Je nach Alter der Kinder denkt euch Geschichten aus, was der Grund dafür sein könnte, dass ihr so lange warten müsst oder legt ein Thema für eine Diskussionsrunde fest. Und dann gibt es noch die spannenden Black Storys.

Falls sich die Kinder allein beschäftigen möchten, könnt ihr zu eurem Frühstücksausflug Stickerbücher, kleine Bastelsets aus Drogerien, ein Mini-puzzle, Schleichtiere oder Magnetbücher mitnehmen.

frühstücken-in-kiel.de

Impressum

Anzeigen-Sonderveröffentlichung

Frühstücken in Kiel
im Rönne Verlag
Zum Forst 62 · 24145 Kiel-Rönne
Tel. 0431 220 73-0
www.frühstücken-in-kiel.de

Herausgeber
Rönne Verlag, Inh. Bärbel Richter

Bürozeiten
Mo-Fr 8-14 Uhr

Kundenberatung
Peggy Stahnke
stahnke@roenne-verlag.de

Grafik
Corinna Sachse
sachse@roenne-verlag.de

Druck
Eggers Druckerei, Heiligenhafen

Auflage
10.000 Exemplare

Fotos: Titel, groß: Joseph Gonzales; klein von links nach rechts: Alexandra Gorn, Larisa Birka, Claudia Soares; S 2/3: Marco2811; S2 unten: Joanna Kosinska; S 26: Filip Romanovskij; S 28: Travnikov Studio; S 29: Toa Heftibe; S 31 Karte: © OpenStreet-Map-Mitwirkende, www.openstreet-map.org

Für die Richtigkeit der Angaben übernimmt der Rönne Verlag keine Gewähr. Preise, Öffnungszeiten etc. Stand April 2023. Die Portraits der Cafés, Restaurants und Bäckereien sind gewerbliche Anzeigen.

Liebe Leserinnen und Leser,

auf unserer Internetseite findet ihr alle Informationen **online**, zusätzlich ist das Angebot nach Rubriken sortiert.

Wo bekomme ich glutenfreie Brötchen? Wer hat Angebote für Familien oder lactosefreie Milch? Und wo komme ich problemlos mit Kinderwagen oder Rollstuhl ins Café? Unter **www.frühstücken-in-kiel.de** kann man die Angebote nach verschiedenen Rubriken sortieren.

Liebe Gastronomen,

möchtet ihr euer Angebot auf der Internetseite präsentieren? Das ist **jederzeit möglich**. Schickt uns hierfür einfach eine Mail oder ruft uns an.

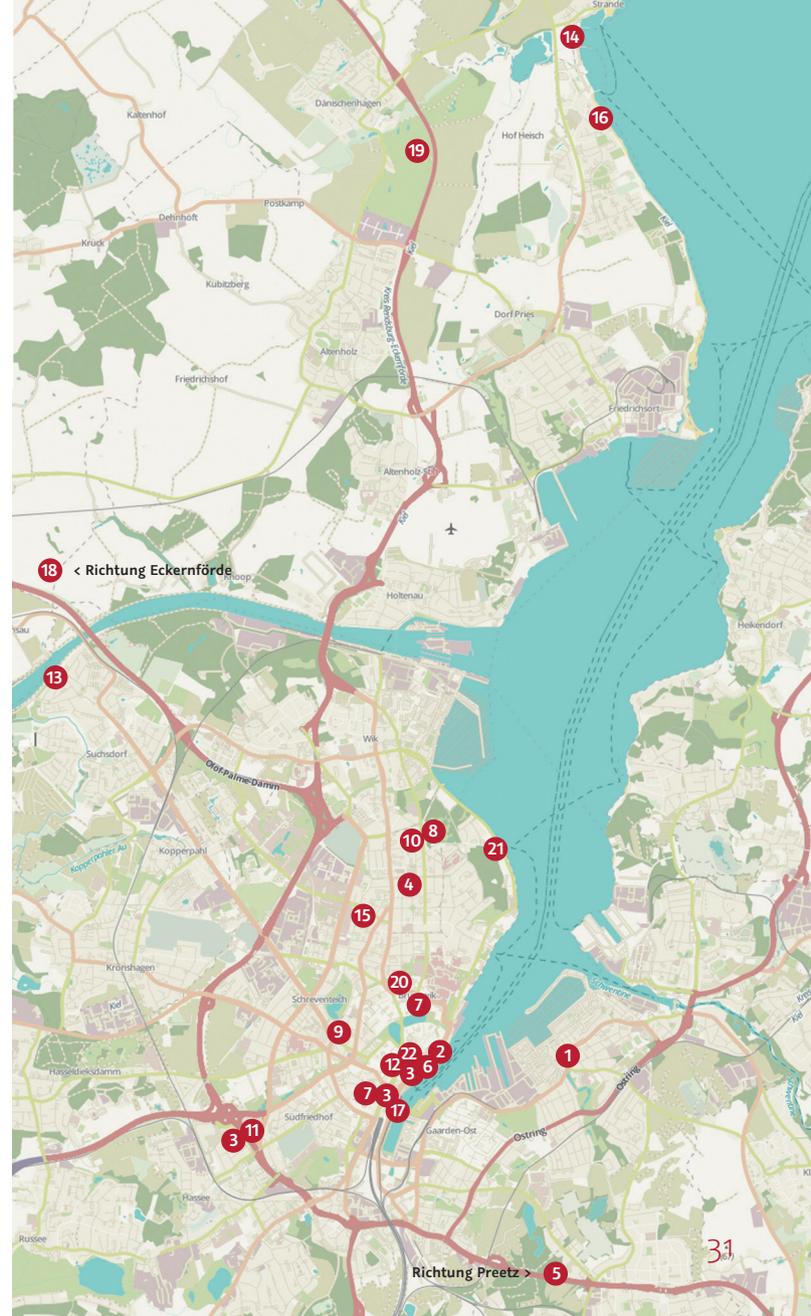
Wenn ihr in der nächsten Printausgabe von „frühstücken in kiel“ dabei sein möchtet, meldet euch gern bei uns, wir schicken das entsprechende Informationsmaterial rechtzeitig zu.

Eure Ansprechpartnerin:

Peggy Stahnke
Tel. 0431-22073-20
stahnke@roenne-verlag.de

Wo genau?

- | | | | |
|----|--------------------|-------|-------------------------------|
| 1 | Alte Rücherei | S. 11 | Werftstr. 5-7 |
| 2 | Azul | S. 23 | Wall 2 |
| 3 | Bäcker Steiskal | S. 22 | Holstenstr. 51 |
| | | | Citti-Park |
| | | | Querpassage |
| 4 | Blé Noir | S. 6 | Blücherplatz 15 |
| 5 | Café Grün | S. 25 | Markt 24, Preetz |
| 6 | Cotidiano | S. 20 | Reventlouallee 2 |
| 7 | Erdkorn Bio-Café | S. 15 | Hopfenstr. 63 |
| | | | Schloßstr. 2 |
| 8 | Forstbaumschule | S. 13 | Düvelsbeker Weg 46 |
| 9 | Fresco | S. 14 | Möllingstr. 3 |
| 10 | Genussküste | S. 24 | Scharnhorststr. 2 |
| 11 | IKEA | S. 7 | Westring 1 |
| 12 | Gelateria La Luna | S. 12 | Holstenstr. 61 |
| 13 | Margaretental | S. 16 | Alte Chaussee 40 |
| 14 | MeerRestaurant | S. 8 | Am Deich 1, Strande |
| 15 | Oblomow | S. 21 | Hansastr. 82 |
| 16 | Panorama 26 | S. 9 | Fördeblick 3 |
| 17 | Pier 16 | S. 4 | Raiffeisenstr. 2 |
| 18 | Ramonas Strandcafé | S. 19 | Jungfernstieg 70, Eckernförde |
| 19 | Restaurant Laurens | S. 17 | Mühlenstr. 37, Dänischenhagen |
| 20 | San Remo | S. 10 | Dreiecksplatz 8 |
| 21 | Seebar | S. 5 | Kiellinie 130 |
| 22 | the niu Welly | S. 18 | Andreas-Gayk-Str. 10 |



Ich liebe deine inneren Werte!

Wahre Liebe muss sich nicht verkleiden. **Unsere wertvollen Produkte** brauchen keine Verpackung.

Kiel wird
Zero.Waste.City.
Mach mit!

**zero
waste**

Kiel auf dem Weg zur Zero.Waste.City.