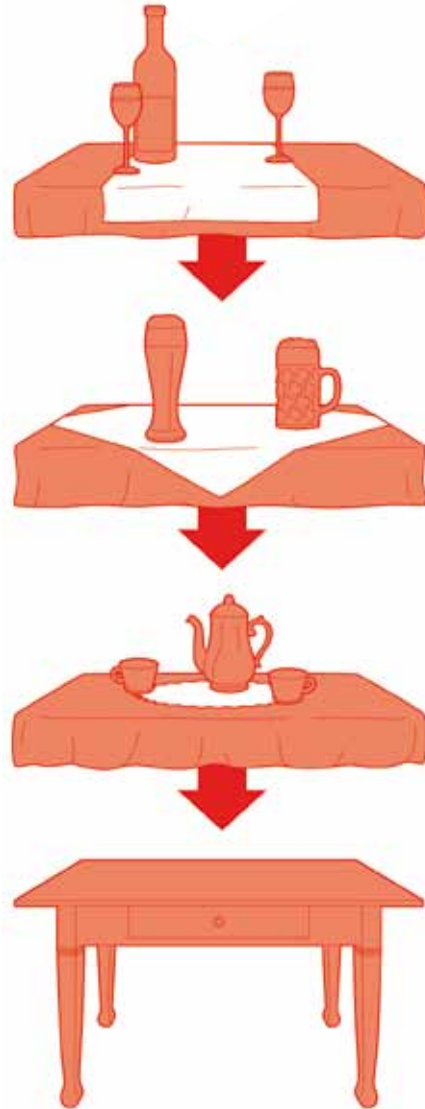


Das ultimative Schnäppchen-Essen

UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR FRÜHSTÜCK, MITTAG UND ABENDESSEN. GROSSER GENUSS ZUM KLEINEN PREIS.



Mahlzeit!

Nelly's Frühstückslust

Am Suppenmittwoch serviert Nelly jede große Suppe für 3 Euro. Außerdem ruft Schnäppchen-Esser der wöchentlich wechselnde Mittagstisch von 12 bis 15 Uhr für 4,80 Euro inklusive Getränk auf den Plan. Josefsstraße 5.

Eisgrub-Bräu

Montag bis Freitag zwischen 11.30 und 16 Uhr heißt es hier „Mahlzeit“ – Vorspeise und Hauptgericht für günstige 5,90 Euro. Weißliliegasse 1.

Kölnisch Wasser

Jeden Tag zwischen 12 und 15 Uhr wechselnder Mittagstisch für 6,90 Euro inklusive 0,2l Getränk oder Kaffee. Für Vegetarier gibt es hier leider keine Angebote. Holzhofstraße 7.

Der frühe Vogel

„Pur“ Restaurant-Cafe im Staatstheater

Montag bis Freitag zwischen 9 und 12 Uhr Frühstück für 3,50 Euro. Enthalten sind Kaffee oder Tee, 1 Croissant, Butter und Marmelade. Am Wochenende und an Feiertagen von 9 bis 12 Uhr Frühstücksbuffet für 6,70 Euro. Gutenbergplatz 7.

Café Extrablatt

Großes „All You Can Eat“ Frühstücksbuffet immer Montag bis Samstag von 8 bis 12 Uhr für 6,95 Euro. Schillerplatz.

Lomo

Montag bis Freitag „All You Can Eat“ Frühstücksbuffet von 10 bis 14 Uhr für 4,60 Euro. Ballplatz.

Alex

Montag bis Samstag Frühstücksbuffet für 6,30 Euro, wahlweise mit Sekt für 1,10 Euro pro Glas. Sonn- und feiertags Sunday-Brunch-Buffer für 9,95 Euro von 9 bis 14.30 Uhr. Gutenbergplatz 14.

„Gerti's Saftladen“

Bis 17 Uhr Brunchbuffet für 6,90 Euro, ab 17 Uhr nur noch 4,90 Euro. In der Theke wartet eine Mischung aus asiatischem Essen, warmen und kalten Speisen. Ein Tipp für Eilige: Das Angebot gibt es auch zum Mitnehmen. Für 5,90 Euro so viel auf den Teller packen, wie drauf passt. Ludwigstraße 6.

Noldas – Cafe und mehr...

Von süß bis vegetarisch und für Unentschiedene gemischt: Frühstück bei Noldas zu Preisen zwischen 5,90 und 8,50 Euro. Von Dienstag bis Samstag zwischen 8 und 19 Uhr geöffnet, sonntags von 9 bis 19 Uhr (Während der Winterzeit nur bis 18 Uhr). Breite Straße 13, Gonsenheim.

Pomp

Wer den ganzen Tag frühstücken könnte oder morgens einfach nicht aus den Federn kommt, sollte sich das Pomp merken. Hier gibt's von 8 bis 24 Uhr Frühstück, ohne einen merkwürdigen Blick von der Bedienung zu fürchten. Die Auswahl reicht von klassisch französisch mit leckerem Croissants bis typisch amerikanisch mit Bagel und Honigmelone. Kostenpunkt: 3,30 bis 7,10 Euro. Große Bleiche 29.

Eisgrub-Bräu

Das Frühstücksbuffet für 6,90 Euro gibt es seit diesem Jahr nur noch am Samstag und Sonntag von 9 bis 12 Uhr. Dazu – wie gehabt – Kaffee und Tee satt. Weißliliegasse 1.

Mongolisches Restaurant Han

Montag bis Samstag können Hungrige hier von 11.30 bis 15 Uhr mongolisches Barbecue Buffet für 6,80 Euro genießen. Im Preis inklusive ist die Sushi-, Salat- und Dessertbar. Mombacher Straße 7.

La Rivière Mayence

Nicht nur aufgrund der tollen Lage am Rhein lockt es Gäste hierher. Auch der Mittagstisch für 6,50 bis 7,50 Euro ködert von Montag bis Freitag zwischen 11.30 und 14.30 Uhr zahlreiche Genießer. Rheinallee 2-4.

Gasthof Grün

Montag bis Freitag zwischen 12 und 14.30 Uhr sollte man einen Ausflug ins Grüne unternehmen und sich den wechselnden Mittagstisch inklusive Suppe und Beilagensalat für 5,20 Euro schmecken lassen. Den Obstsalat als gesundes Dessert bekommen die Gäste für weitere 1,80 Euro dazu. Leibnizstraße 27.

7° Café

Von Dienstag bis Freitag jeweils um 12 Uhr haben die Gäste die Wahl zwischen einem Fleisch- und einem vegetarischen Gericht für je 3,50 Euro. Am Zollhafen.

Beim Peter

„Und wer jetzt noch durch Meenz rennt und de Peter net kennt hat die besten Schnäppchen verpennt!“ Das lassen Schnäppchen-Esser sich natürlich nicht zwei Mal sagen und machen sich auf den Weg zur Metzgerei „Beim Peter“ Hier gibt es Frikadellen-, Fisch-, Käse- und zahlreiche anders belegte Brötchen für nur 1 Euro. Kaffee 50 Cent. Dienstag bis Freitag von 7.30 bis 18 Uhr, am Montagnachmittag geschlossen und samstags von 7.30 bis 13 Uhr. Kurfürstenstraße 49.

Chilli Pepper Rockcafe

Montag bis Freitag wechselnder Mittagstisch für 5 Euro. Von Pizza über Burger, Schnitzel und Eintöpfe bleibt kein Wunsch offen. Rheinstraße 4.

Mamas Liebe

Auf Mamas Wochenkarte stehen jede Woche Suppen und Curry zur Auswahl. Der Genuss kostet zwischen 4,90 und 5,90 Euro – die Atmosphäre ist unbezahlbar. Mamas Türen öffnen sich von Montag bis Freitag zwischen 9 und 18.30 Uhr und samstags von 9.30 bis 16 Uhr. Sonntag ist Ruhetag. Fort Malakoff, Rheinstraße 4L.

Das letzte Abendmahl

Mongolisches Restaurant Han

Montag bis Sonntag von 17.30 bis 23 Uhr schlemmen Freunde der asiatischen Küche am reichhaltigen Abendbuffet für 14,80 Euro. Mombacher Straße 76.

Pasta-Lounge

Täglich ab 16.30 Uhr ist hier Happy Hour: Alle Salate und Nudelgerichte gibt es für günstige 4,50 Euro. Das Tolle: Nudeln und Soßen kann man nach Herzenslust variieren. Lotharstraße 18.

Tokyo

Chinesisches „all you can eat“-Abendbuffet täglich von 17.30 bis 22 Uhr. Ohne Sushi-Buffet für 7,80 Euro, mit Sushi-Buffet für 13,80 Euro. Beide Varianten inklusive Misosuppe, frischem Obst und Eis. Große Bleiche 17-23.

Kamin

Montags essen die Gäste im Kamin für nur 5 Euro einen leckeren Flammkuchen, dienstags trinken sie das 0,33l Bier für 3 Euro, mittwochs Cocktails und Longdrinks für 4,50 Euro und donnerstags das Kölsch und Alt für 1 Euro. Um die Woche am Sonntag so zu beenden, wie sie angefangen hat, kommen sie am besten wieder und genießen Flammkuchen – all you can eat – für nur 12,50 Euro. Geöffnet täglich ab 17 Uhr. Kapuzinerstraße 8.

Nero's American Bar

Freitags ruft Nero's die „Burger Initiative“ aus und gibt alle Burger zum Schnäppchenpreis von 4,99 Euro raus. Mombacher Str. 39-41.

Bagatelle

Dienstags auch hier Burger genießen und das sogar schon ab 2,50 Euro (auch vegetarisch). Donnerstags gibt's das Schnitzel mit Pommes für nur 5,50 Euro. Gartenfeldstraße 22.

Antoniettas Bistrotoday

Pasta und Soßen selbst kombinieren und zum Preis von 4,90 bis 5,90 Euro genießen. Mittlere Bleiche 51.

Zum Gebirg

Auch in dem traditionsreichen Lokal „Zum Gebirg“, das bereits seit drei Jahrzehnten im Besitz von Familie Trapp ist, werden Schnäppchen-Esser fündig. Am Schnitztag, immer mittwochs, haben die Gäste die Qual der Wahl zwischen insgesamt elf Schnitzelvariationen. Hinzu kommt die Wahl zwischen Schwein- (kleines für 5,50 Euro, normales für 7 Euro) und Puten-Schnitzel (kleines für 6,50 Euro, normales für 8 Euro). Bis März ist außerdem jeden Dienstag „Schlachtfest“, wo Freunde deftig-traditioneller Küche sich unter anderem auf Haxe freuen dürfen (Reservierung empfohlen). Allen Vegetari-

ern, die bei so viel fleischiger Auswahl schon den Kopf hängen lassen, sei das Zucchini Schnitzel (kleines für 5,50 Euro, normales für 7 Euro) empfohlen. Täglich (außer Montag) ab 17 Uhr geöffnet. Große Weißgasse 7.

Baron

Jeden Dienstagabend lecker Flammkuchen essen für nur 4,50 Euro. Montags gibt es das Herrngedeck (Bier+Schnaps) für 4 Euro. Auf dem Uni Campus.

Bistro Morgenland – 1001 Köstlichkeiten

Hier kommt nur frisch auf den Tisch – und das schmeckt man. Jeden Tag – neben vielen anderen Gerichten und darunter auch viel Vegetarisches – steht für 7,50 Euro ein anderes Tagesgericht auf der Karte, freitags immer eine Variation mit Fisch. Dazu eine „Fata Morgana“, das selbstgemachte Getränk aus Granatapfel (0,2l für 2,20 Euro und 0,4l für 3,60 Euro) und als Nachtisch sollten Sie für 3 Euro das persische Eis kosten. Kleiner Tipp: Das gemütliche Bistro am besten ab 15 Uhr besuchen, dann ist es nicht mehr so voll. Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 11.30 bis 20 Uhr, Sonntag ist Ruhetag. Adolf-Kolping-Straße 4.

Im nächsten sensor: Cocktail Happy Hours

Daniela Hartmann

Illustration Hendrik Schneider

LECKER ESSEN & TRINKEN

Im Baron wird alles frisch zubereitet, und zwar ohne den Einsatz von Pulversaucen und Glutamaten - jeden Abend steht ein großer Topf mit der Bouillon für den nächsten Tag auf dem Herd. Gemüse kommt soweit möglich aus lokaler Produktion und auch sonst wird im Baron sehr auf Qualität geachtet. Heraus kommt eine exzellente Küche, und das ganze zu fairen Preisen. Es gibt täglich wechselnde Gerichte, welche man sich im günstigen Mittagstisch oder Abends zu Gemüte führen kann. Ab 17 Uhr gibt es dann auch Elsässer Flammkuchen und Pizza im französischen Stil mit dünnem, knusprigem Boden aus dem Steinofen. Dazu gibt es eine feine Auswahl regionaler Weine, hochwertiger Spirituosen und frisch gezapfter Biere.



BARON
CAFÉ · KÜCHE · BAR

Forum Uni Campus J.-J.-Becherweg 3
06131 - 385850 www.baron-mainz.de



Sixties
Bier & Musik

RAUCHERRAUM (50 QM) MIT KICKER, DART, FLIPPER
GRÖßTES BIERSORTIMENT IN MAINZ
ENGLISCH-IRISCHER STIL
FUßBALL AUF 5 MONITOREN



Nelly's
Frühstückslust

Wöchentlich wechselnder Mittagstisch:
ab 4,80 € inkl. Getränk

Pasta-Dienstag:
jede Pasta 5 €

Suppen-Mittwoch:
große Suppe 3,00 €

Frühstück - frisch, saisonal, in allen erdenklichen Kombinationen

Jeden 3. Sonntag „Frühstückslust trifft Jazzlust“

„Nelly's by night“ freitags
Live-Bands
verschiedenster Stilrichtungen

Josefsstraße 5a - 55118 Mainz
T. 8 85 60 36
www.nellys-mainz.de



Alistadt Café

...nicht nur
"Das Beste Frühstück in der Stadt"...

Entspannte Atmosphäre **Lecker Kuchen**
Feiner Kaffee **Gute Laune** wlan
Hausgemachte Limonaden **Terrasse**
Snacks & Specials **Charmanter Service**
Bierchen **Ausstellungen** **Musik**
Säfte & Selters **faire Preise**
FrISChe Baguettes **Drinks**

55118 Mainz - Schönbörnsel 10
www.alistadtcafe-mainz.de
0631/127-48-63

Mo-Fr 8-22 Uhr
Sa 9-22 Uhr
So 10-22 Uhr