



## WERDE **JETZT** MITGLIED BEIM ALPENVEREIN INNSBRUCK

### Deine Vorteile:

- günstigster Eintritt ins KI und niedrigster Preis bei Kursen (exklusiv für Alpenverein Innsbruck-Mitglieder!)
- Ermäßigungen in zahlreichen weiteren Kletterhallen (z.B. Rum, Telfs, Imst,...)
- umfangreiche Freizeitunfallversicherung inkludiert
- Ermäßigung auf über 500 Hütten - mind. 10 Euro weniger pro Nacht
- umfangreiches Kurs- und Tourenprogramm mit Sonderkonditionen für Mitglieder
- und Vieles mehr...



# KI bistro

SELF SERVICE

ALLERGENINFORMATION GEMÄSS CODEX-EMPFEHLUNG:  
 A GLUTENHALTIGES GETREIDE *GLUTEN-CONTAINING GRAINS*  
 B KREBSTIERE *CRUSTACEANS*  
 C EIER *EGG*  
 D FISCH *FISH*  
 E ERDNUSS *PEANUTS*  
 F SOJA *SOY*  
 G MILCH ODER LAKTOSE *MILK OR LACTOSE*  
 H SCHALENFRÜCHTE *EDIBLE NUTS*  
 L SELLERIE *CELERY*  
 M SENF *MUSTARD*  
 N SESAM *SESAME*  
 O SULFITE *SULPHITES*  
 P LUPINEN *LUPIN*  
 R WEICHTIERE *MOLLUSCS*

INFORMATION ÜBER SÜSSUNGSMITTEL GEMÄSS  
 VO DES BMG VOM 10.7.2014, BGBl NR. II/175/  
 2014: EINE PHENYLALANINQUELLE KANN BEI  
 ÜBERMÄSSIGEM VERZEHRE ABFÜHREND WIRKEN.

WIR BITTEN EUCH UM VERSTÄNDNIS, DASS  
 MITGEBRACHTE SPEISEN UND GETRÄNKE BEI  
 UNS IM BISTRO SOWIE AUF DER TERRASSE NICHT  
 VERZEHRT WERDEN DÜRFEN. MITGEBRACHTE  
 SPEISEN UND GETRÄNKE KÖNNT IHR GERNE IM  
 KINDERBEREICH ODER IN UNSEREM SELBSTVER-  
 SORGERBEREICH IM ERSTEN STOCK KONSUMIEREN.

**WE KINDLY ASK THAT THE BISTRO AND PATIO AREA  
 BE RESERVED FOR PAYING CUSTOMERS. ANY FOOD  
 THAT IS NOT PURCHASED ON THE PREMISES MAY BE  
 CONSUMED UPSTAIRS IN THE BLACK DIAMOND LOUN-  
 GE OR IN THE CHILDREN'S AREA. THANK YOU FOR  
 YOUR UNDERSTANDING.**

**KLEINER HUNGER, SCHNELL GESTILLT**  
*QUICK BITES*

**FOCACCIA FETAKÄSE** *VEGGI*

CRÈME FRAÎCHE, FETA, TOMATEN RUCOLA (A,G)  
*CREAM FRAÎCHE, FETA CHEESE, TOMATOES, ROCKET SALAT*  
6,10

**FOCACCIA ANTIPASTI** *VEGAN*

ANTIPASTIGEMÜSE, OLIVENPASTE, TOMATE (A)  
*ANTIPASTI VEGETABLES, OLIVE PASTE, TOMATO*  
6,10

**SCHINKEN-KÄSE-TOAST**

MIT KETCHUP+MAYO (C)  
AUCH ALS NUR-KÄSE VARIANTE ERHÄLTlich (A,G)  
*WITH KETCHUP AND MAYONESE - ALSO AVAILABLE WITHOUT HAM*  
4,60

**POMMES FRITES** *VEGGI*

KETCHUP / MAYONNAISE (C)  
*FRENCH FRIES WITH KETCHUP / MAYONNAISE*  
4,40

**-ZUSÄTZL. MIT 5 STK. HÜHNERNUGGETS**

*ADD 5 CHICKEN NUGGETS*  
(A,G,C,F)  
6,90

JE NACH WITTERUNG, SAISON  
UND PERSONALSTÄRKE VERSU-  
CHEN WIR, EUCH ETWAS AB-  
WECHSLUNG ZU BIETEN.

**BITTE BEACHTET UNSERE  
TAGESANGEBOTE.**

*PLEASE NOTE OUR  
DAILY SPECIALS*



**DAS KI**

Eine der größten und  
modernsten Anlagen weltweit

Moderner Fallschutzboden  
in der gesamten Kletteranlage

Integriertes Bundes- und  
Landesleistungszentrum  
(Trainings- und Wettkampfstätte)

UNSERE KÜCHE HAT MONTAG BIS FREITAG VON  
11.30 BIS 21.30 UHR, SAMSTAG, SONN- UND  
FEIERTAG VON 11.30 BIS 20.30 UHR GEÖFFNET.  
TOAST, LAUGENBREZEN UND FOCACCIA GIBT'S  
NATÜRLICH DARÜBER HINAUS  
(SOLANGE DER VORRAT REICHT).

*OUR KITCHEN IS OPEN DAILY FROM 11.30 AM TO 9.30 PM (ON  
WEEKENDS UNTIL 8.30). TOAST, FRESH  
PRETZELS, AND FOCACCIA ARE ALWAYS AVAILABLE  
(AS LONG AS SUPPLIES LAST).*

# Getränke

## ALKOHOLFREIES UND SÄFTE NON-ALCOHOLIC DRINKS AND JUICES

### HAUSGEMACHTE LIMONADEN

#### HOMEMADE JUICES

MIT SODA ODER INNSBRUCKER LEITUNGSWASSER  
WITH SODA OR FRESH LOCAL SPRING WATER

\* APFEL-MINZE *APPLE MINT*

\* ORANGE-ROSMARIN *ORANGE ROSEMARY*

\* INGWER-LIMETTE *GINGER-LIME*

\* SAISONALE ANGEBOTE *SEASONAL OFFERS*

0,3 / 0,5 L \* 3,10 / 4,10

### GASTEINER MINERALWASSER

#### MINERAL WATER

PRICKELND ODER STILL *SPARKLING OR STILL*

0,33 L \* 2,50

### COCA COLA / COCA COLA LIGHT

ENTHÄLT EINE PHENYLALANINQUELLE

*CONTAINS PHENYLALANINE*

0,33 L \* 3,10

### ALMDUDLER

0,33 L \* 3,10

### PAGO

#### JUICES

\* MULTIVITAMIN *MULTIVITAMIN*

\* APFEL *APPLE*

\* JOHANNISBEERE *BLACK CURRANT*

0,2 L \* 3,20

MIT WASSER ODER SODA *WITH WATER OR SODA*

0,3 L / 0,5 L \* 3,20 / 3,90

### EISTEE MAKAVA

#### EISTEE MAKAVA

0,33 L \* 3,90

### FRITZ

#### FRITZ SODAS

\* LEMON *LEMON*

\* MISCH-MASCH *MIXED*

\* COLA *COKE*

\* RHABARBER *RHUBARB*

0,33 L \* 3,90

### SODA ZITRONE

#### LEMON SODA

0,3 L / 0,5 L \* 2,10 / 2,70



Wir organisieren für euch gerne  
Kindergeburtstage, Firmenfeiern,  
Teambuildings/Incentives, Sonderkurse  
und Trainings für Sportvereine  
Anfragen bitte an:  
[info@kletterzentrum-innsbruck.at](mailto:info@kletterzentrum-innsbruck.at)

# Speisen

---

## **KASPRESSKNÖDEL IN DER SUPPE VEGGI**

KLARE GEMÜSESUPPE MIT 1 ODER 2 STÜCK (A,C,G,L)

*FILTERED VEGETABLE SOUP WITH 1 OR 2 ROASTED*

*CHEESE-DUMPLINGS*

6,70/ 9,70

## **FRITATTENSUPPE VEGGI**

KLARE GEMÜSESUPPE MIT FRITATTEN (A,H,N)

*FILTERED VEGETABLE SOUP WITH SLICED PANCAKES*

5,90

## **KI POWER BOWL - WINTER EDITION VEGAN**

HERZHAFTE GEWÜRZ-GEMÜSEBRÜHE MIT REIS-  
NUDELN, EDAMAME, TOFU, SOJAEI, GYOZA UND GEMÜ-  
SE (C,F,N)

*HEARTY SPICED VEGETABLE SOUP WITH RICE NOODLES,*

*EDAMAME, TOFU, SOY EGG, GYOZA AND VEGETABLES*

13,60

## **KLEINER/GROSSER SALAT VEGGI**

SALATE DER SAISON MIT NÜSSEN UND KRÄUTERDRES-  
SING, DAZU VOLLKORNBROT (A,E,H,L,P,N)

*SMALL/LARGE SALAT WITH VARIOUS LEAF LETTUCES WITH*  
*NUTS AND SEEDS*

6,90/8,90

## **UNSERE KLASSIKER:**

### **BELIEBT, BERÜHMT & HAUSGEMACHT!**

## **2 STK. HAUSGEMACHTE SPINATKNÖDEL VEGGI**

MIT KNACKIGEN SALATEN, PARMESAN UND  
GESCHMOLZENER BUTTER (A, C, G, L)

*HOMEMADE SPINACH DUMPLINGS WITH PARMESAN,*

*BUTTER AND SALAD*

12,90

## **2 STK. KASPRESSKNÖDEL VEGGI**

MIT KNACKIGEN SALATEN, GESCHMOLZENER  
BUTTER UND SCHNITTLAUCH (A, C, G, L,)

*ROASTED CHEESE-DUMPLINGS WITH LEAF LETTUCE,*

*BUTTER AND CHIVES*

14,90

## **KNÖDEL-DUETT VEGGI**

JE EIN SPINAT- UND EIN KASPRESSKNÖDEL MIT  
KNACKIGEN SALATEN UND GESCHMOLZENER  
BUTTER (A,C,G)

*ONE SPINACHE AND ONE ROASTED CHEESE-DUMPLING*

*EACH WITH LEAF LETTUCE, MELTED BUTTER AND CHIVES*

14,30 EURO

Alle unsere Speisen fertigen wir aus  
hochwertigen Zutaten und selbstverständ-  
lich auf natürlicher Basis (z.B.kein  
Suppenpulver). Weiters beziehen wir  
unsere Waren von regionalen  
Produzenten und Lieferanten, wie z.B.:

Obst und Gemüse Niederwieser

Bäckerei Lener

Hitzefrei Eis

Tirol Milch

Recheis

Rösterei Brennpunkt

**KAFFEE**  
*COFFEE*

**ESPRESSO**

2,10

**ESPRESSO MACCHIATO (G)**

2,10

**ESPRESSO DOPPIO**

3,80

**VERLÄNGERTER *EXTENDED* (G)**

3,10

**CAPPUCCINO (G)**

3,30

**LATTE MACCHIATO (G)**

4,20

**CHAI LATTE (G)**

4,20

**HEISSE SCHOKOLADE *HOT CHOCOLATE* (G)**

4,50

**BABYCCINO *HOT MILK* (G)**

1,20

**TEE**

**KANNE *TEAPOT***

BIO UND FAIR *ORGANIC AND FAIR*

\* HIGHLAND GREEN TEA

\* SUPERIOR EARL GREY

\* ALPENKRÄUTER

\* WILD BERRY

\* PFEFFERMINZE

3,40



Eigenes Bistro, Shop und Verleih

Eigene Kletterschule

Busverbindung direkt zur Halle

Parkplatzbewirtschaftung durch  
die Stadt Innsbruck

**BIER VOM FASS (A)***BEER ON DRAFT***ZIPFER MÄRZEN**

0,5 / 0,3 \* 4,70 / 3,50

**GÖSSER NATURRADLER**

0,5 / 0,3 \* 4,70 / 3,50

**ALKOHOLFREIE BIERE (A)***NON-ALCOHOLIC BEER***EDELWEISS ALKOHOLFREI**

0,5 L \* 4,70

**ZIPFER HELL**

0,5 L \* 4,70

**UNSERE FLASCHENKINDER (A)***OUR BOTTLES***TEGERNSEER HELL**

0,5L \* 4,80

**OBERTRUMER BIO ZWICKL**

0,5L \* 4,90

**BAYREUTER HELL**

0,5L \* 4,80

**WEIHENSTEPHAN HEFETRÜB***UNFILTERED WHEAT BEER*

0,5L \* 4,90

**KARG WEIZEN**

0,5L \* 4,90

**EDELWEISS WEIZEN**

0,5 / 0,3 \* 4,90 / 3,80

**SONSTIGES***OTHER (0)***ROT- ODER WEISSWEIN***RED OR WHITE WINE*

0,25 L \* 5,50

**SPRITZER SÜSS ODER SAUER***WINE SPRITZER SWEET OR SOUR*

0,25 L \* 4,00

**HUGO / APEROL SPRITZ**

0,25 L \* 5,50

**VENEZIANO (MIT 0,2 L PROSECCO)***WITH 0,2 L PROSECCO*

0,25 L \* 6,90

**STIBITZER APFELCIDER *APPLE CIDER***

0,33 L \* 4,90

**HALLEN-FACTS**

17 m Wandhöhe und bis zu  
13 m überhängend

mehr als 50.000 verschiedene  
Klettergriffe

ca. 500 Seilkletterrouten  
und 200 Farhboulder

täglich von 09.00 bis 23.00 Uhr geöffnet  
Kletterbetrieb bis 22.00 Uhr