

Preps

prepared with happiness
In Randwyck

You can find our English menu halfway

wifi:

Preps Gasten

oatbangers

Preps_maastricht

085-0140110

info@prepsmaastricht.com

Endepolsdomein 30, 6229EM, Maastricht



Welkom bij Preps!

Wist je dat deze locatie pas sinds april 2025 geopend is? We hebben ook een andere vestiging in het centrum van Maastricht. Ben je daar nog niet geweest? Dan raden we je zeker aan om ook daar eens een kijkje te nemen!

Preps is opgericht in 2019 door eigenaresse Steffanie. Sindsdien heeft ze nooit haar missie en visie uit het oog verloren:

“Een plek creëren waar gasten lekker en verantwoord kunnen lunchen. Een plek waar gezonde en verse producten centraal staan. Simpel, maar persoonlijk. Geïnspireerd door vegan en glutenvrije ingrediënten, waarbij balans het belangrijkste ingrediënt is. Preps, prepared with happiness”.

Bij Preps willen wij iedereen verwelkomen om van onze gezonde en lekkere maaltijden te kunnen genieten. Zowel jong als oud en zowel vleeseter, vegetarier, veganist en coeliaak. Wij willen zo veel mogelijk mensen kunnen laten genieten op een gezonde en gebalanceerde manier zonder zorgen. We proberen daarom met zoveel mogelijk dieetvoorkeuren rekening te houden.

Om die reden hebben wij de glutenvrije en vegan opties aangegeven met vakjes bij elk gerecht. Staat er geen vakje naast het gerecht dat jij wil? Dan kan het gerecht niet zonder gluten of vegan gemaakt worden. Kijk dan vooral verder, naar alle andere lekkere opties die we wél voor jou beschikbaar hebben! Voor glutenvrije gerechten rekenen wij een toeslag van 1 euro.

Vegan mogelijk

Glutenvrij mogelijk

Heb je andere dieetwensen of vragen? Laat het ons team direct weten en dan proberen onze cheffies iets lekkers voor je klaar te maken. We werken in een kleine keuken, dus kunnen kruisbesmetting helaas niet voorkomen.



Zoete gerechten

Griekse yoghurt

Granola, vers fruit en honing

9,75

Vegetarisch

Glutenvrij mogelijk

Chiapudding

Plantaardige melk en wisselende toppings. Zie het bordje op tafel

8,75

Vegan

Glutenvrij

Bananenbrood

Twee sneetjes bananenbrood, aardbeien compote, limoen mascarpone en citroen crumble

11,95

Vegan

Glutenvrij mogelijk

Karamel pancakes

Karamelsaus, banaan, cookiedough, cacaonibs en pecannoten

13,50

Vegan

Glutenvrij mogelijk

Power pancakes

Granola, vers fruit, banaan en agave siroop

13,50

Vegan

Glutenvrij mogelijk

Hot crumble - summer style

Warme abrikozen-appel crumble met een vanille topping, geserveerd met Griekse yoghurt

13,00

Vegan mogelijk

Glutenvrij mogelijk



Smoothie bowls

Al onze smoothiebowl worden geserveerd met granola*, vers fruit en zaden of kokosnippers.

Purple açai

Açai, guarana, banaan en kokosmelk

13,75

Vegan

Glutenvrij mogelijk

Pink dragon

Dragon fruit, mango, kokos, banaan, dadel en kokosmelk

13,75

Vegan

Glutenvrij mogelijk

Sweet sunshine

Ananas, mango, banaan, acerola-kers en kokosmelk

13,75

Vegan

Glutenvrij mogelijk

Extra lekker bij je smoothie bowl

Pindakaas

+1,50

Cacaonibs

+2,00

Vegan proteïnepoeder

+3,00

*Onze Preps granola bevat haver, pinda's en noten



Hartige gerechten

Al onze hartige gerechten worden geserveerd op zuurdesem meergranenbrood.
Glutenvrije optie: pittenbrood

Smashed avocado & eggs

13,95

Vegan mogelijk

Snee brood met avocado, bietenspread, feta en tomaten geserveerd met:

Glutenvrij mogelijk

- twee gepocheerde eitjes, of;
- twee spiegeleitjes, of;
- twee stuks roerei, of;
- scrambled tofu

Hartige pancakes

15,50

Vegan mogelijk

Seizoensgebonden toppings. Zie het bordje op tafel :)

Glutenvrij mogelijk

Tonijnsalade

14,25

Glutenvrij mogelijk

Op basis van Griekse yoghurt, nori, wasabi, lente-ui, sesamolie, sojasaus, komkommer, furikake, verse avocado

Gerookte zalm

16,25

Glutenvrij mogelijk

Gerookte zalm met roomkaas, citroen, kappertjes, tomaat, rode ui, frisse kruidensaus en garnering

Pimp je gerecht!

Check onze bijgerechten pagina, om je gerecht een extra upgrade te geven!



Hartige gerechten

Al onze hartige gerechten worden geserveerd op zuurdesem meergranenbrood.
Glutenvrije optie: pittenbrood

Balla Bella sandwich

17,00

Vegan

Plantaardige balletjes geserveerd op schiacciata brood, tomaten, padron pepers, rucola, olijven, smokey paprika sauce, frisse kruiden saus

Glutenvrij mogelijk

Oatbangers©

15,00

Vegan

Preps' Oatbangers© met smashed avocado, kimchi, krokante edamame, komkommer en mango-limoen saus

Glutenvrij mogelijk

Harissa kip

17,50

Glutenvrij mogelijk

Langzaam gegaarde harissa kip geserveerd op schiacciata brood met tzatziki, rucola, granaatappel, komkommer, feta, tomaat, ui, smokey paprika saus en verse kruiden

Lemongrass Lover

17,00

Vegan mogelijk

Pulled oesterzwam, geserveerd op schiacciata brood met shiitake spread, sriracha-yoghurt saus, zoetzure rettich en wortel, komkommer, koriander en een spiegelei

Glutenvrij mogelijk



Seizoens specials

Piña colada pancakes

13,50

Vegan

Pancakes met gekarameliseerde ananas, rum-karamelsaus (alcoholvrij), limoen mascarpone en krokante kokosnippers

Glutenvrij mogelijk

Spicy shakshuka

17,50

Vegan mogelijk

Shakshuka van paprika, ui, tomaat, zwarte bonen, mais, gerookte paprika met een gepocheerd ei, avocado, feta, koriander. Geserveerd met flatbread

Glutenvrij mogelijk

Ricotta be kidding me

15,00

Vegetarisch

Op een snee brood, citroen-ricotta, tomatenmix, basilicum, balsamico azijn, krokante pistache dukkah en parmezaanse kaas.

Extra lekker met onze huisgemaakte crispy chili olie (+1,00)

Glutenvrij mogelijk

Bombay brunch

16,50

Vegan mogelijk

Op een snee brood, zoete aardappelspread, geroosterde kurkuma bloemkool, zoetzure ui, komkommer, krokante kikkererwten, kruidige roereieren

Glutenvrij mogelijk

Voedselallergie? Scan de QR-code voor onze allergenenkaart. Is er iets niet duidelijk? Vraag dan onze medewerkers naar de samenstelling van de gerechten!

We doen ons best om zorgvuldig te werken, maar kruisbesmetting kunnen we niet volledig uitsluiten.



Voor de twijfelaar

Hangover brekkie mix

18,75

Vegan mogelijk

Glutenvrij mogelijk

- Kleine surprise smoothiebowl
- Een stuk bananenbrood met pindakaas, citroen crumble en lavendel
- Bieten-hummus, een halve snee brood met smashed avocado, een gepocheerd ei en tomaatjes

Hangover brekkie zoet

18,75

Vegan

Glutenvrij mogelijk

- Kleine surprise smoothiebowl
- Een stuk bananenbrood met pindakaas, citroen crumble en lavendel
- Een pancake met limoenmascarpone, vers fruit en fruitcoulis

Hangover brekkie hartig

18,75

Vegan mogelijk

Glutenvrij mogelijk

- Klein soepje van de week
- Een half sneetje brood met paprika spread, een oatbanger© en mango kerrie saus
- Een pancake met smashed avocado, een gepocheerd ei, balsamico en tomaat



Bijgerechten

Onze bijgerechten zijn niet los te bestellen. Je kunt ze alleen bestellen in combinatie met een gerecht.

Gepocheerd ei	1,50	Sriracha	0,50
Scrambled ei	1,50	Crispy chili olie	1,00
Spiegelei	1,50	Kruidenboter	0,50
Scrambled tofu	3,00		
		Extra snee brood	2,00
Vegan bacon	3,50	Side salad	3,00
Gerookte zalm	3,50	Portie krieltjes	4,00
Oatbanger 1 stuk	3,00		
Harissa kip	4,00	Fruitsalade	4,50
		Cacaonibs	2,00
Smashed avocado	3,00		
Bietenhummus	3,00	Pindakaas	1,50
		Karamelsaus	0,50
		Agave	0,50
		Vegan proteïnepoeder	3,00



Koffie & Thee

Koffie

Espresso	3,10
Doppio	4,20
Koffie**	3,10
Americano	4,30
Cappuccino	3,90
Latte Macchiato	4,30
Flat White	4,50
Koffie Verkeerd	3,90
Espresso Macchiato	3,50
Cortado	3,60

Special Vattes

Cinnamon Latte	4,80
Matcha Latte	5,80
London Fog	5,50
Chai Latte vanille/masala*	4,80
Kurkuma Latte*	5,50
Pink rose latte*	5,50
Hot Cacao - 100% cacao*	5,50

**origineel zonder espresso*

Wil je toch een cafeïne-kick?

Espresso shot +0,80

Monin siroop +0,70

**Plantaardige alternatieven voor koemelk: haver, soja, erwt- of kokosmelk.
Onze koffie's zijn decafé te verkrijgen. Deze worden gemaakt van chicory wortel, een alternatieve gezondere optie.

Ijs Koffie

Ijs Americano	4,40
Ijs Cappuccino	4,00
Ijs Latte	4,40
Offwhite	4,70
Espresso Tonic	5,60
Espresso Jus d'orange	5,60

Special Ijs Vattes

Ijs Matcha Latte	5,90
Ijs Matcha Piña Colada	6,70
Ijs Chai Latte	4,90
Ijs Dirty Chai	5,70
Iced Pink Rose Latte*	5,60

Thee

Earl grey, witte thee, rooibos, bosvruchten, groene thee	3,40
Verse Munt	4,10
Verse Gember Citroen	
Verse Appel Kaneel	
Verse Rozemarijn-sinaasappel	

Fris, sapjes en lekkers

Sapjes

Verse jus d'orange	4,75
Wortel, appel, citroen	5,50
Biet, gember, appel, citroen	5,50
Komkommer, selderij, appel, citroen	5,50
Seizoenssapje: <i>zie bordje op tafel!</i>	5,50
Gembershot	3,75

Frisdranken

Plat / bruiswater - 25cl	3,30
Plat / bruiswater - 75cl	6,20
Fritz kola / kola zero	3,40
Spicy ginger beer	3,40
Lychee - Rose Soda	4,70
Lavender - Lemon Soda	4,70
Homemade Iced Tea	4,70
Matcha Lemon - Lemonade	6,80

Kombucha - Noush-Cha

Guave - <i>tropische vrucht uit Zuid-Amerika</i>	5,80
--	------

Seizoensmaak: vraag het ons personeel!

Smoothies

Berry nice 6,75

Aardbei, framboos, banaan en kokosmelk

Better than botox

Munt, broccoli, limoen, mango, banaan en water

I don't need a man(go)

Mango, banaan en appelsap

Zoet lekkers

Bananenbrood	4,50
Carrot cake	5,50
Red velvet cake	5,50
Cheesecake vegan	5,50
Cheesecake glutenvrij	5,50
Eigen gebak	5,50

Voor meer treats, check de vitrine!

Preps

prepared with happiness
In Randwyck

Welcome to our English menu!

wifi:

Preps Gasten

oatbangers

Preps_maastricht

085-0140110

info@prepsmaastricht.com

Endepolsdomein 30, 6229EM, Maastricht



Welcome to Preps!

Did you know this location only opened in April 2025? We also have another branch located in the heart of Maastricht. Haven't visited that one yet? Be sure to stop by sometime - it's definitely worth it!

Preps was founded in 2019 by owner Steffanie. Since day one, she's never lost sight of her mission and vision: "To create a place where guests can enjoy tasty and wholesome lunches. A space where healthy and fresh ingredients take centre stage. Simple, yet personal. Inspired by vegan and gluten-free ingredients, with balance as the most important ingredient. Preps, prepared with happiness."

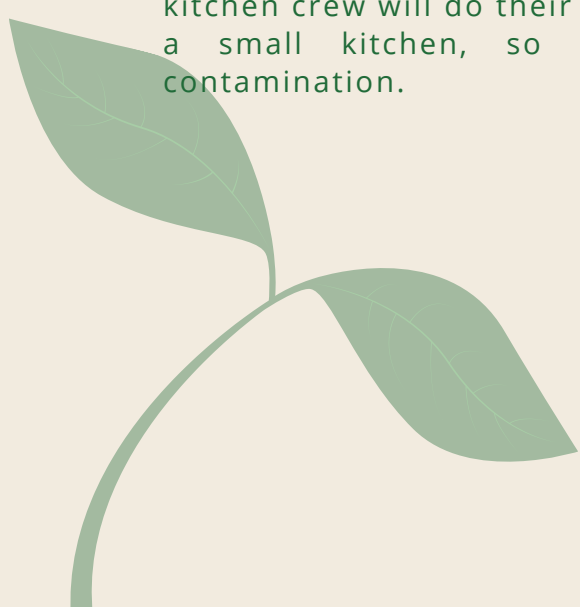
At Preps, we want everyone to feel welcome and enjoy our delicious and nutritious meals - young and old, meat lovers, vegetarians, vegans, and those with coeliac disease. Our goal is to help as many people as possible enjoy food in a healthy and balanced way, without worry. That's why we aim to cater to a wide range of dietary needs.

To make things easier, our gluten-free and vegan options are marked with icons next to each dish. Don't see a box next to your chosen dish? That means it cannot be made gluten-free or vegan. But don't worry - there are plenty of other tasty options available for you! Please note: gluten-free meals come with a €1 surcharge.

Vegetarian

Gluten free option

Do you have other dietary needs or questions? Let our team know, and our kitchen crew will do their best to whip up something tasty for you. We work in a small kitchen, so unfortunately we cannot fully prevent cross-contamination.



Sweet dishes

Greek yoghurt

Granola, fresh fruits, and honey

9,75

Vegetarian

Gluten free option

Chiapudding

Plant based milk, and seasonal toppings. See the sign on the table

8,75

Vegan

Gluten free

Banana bread

Two slices banana bread, strawberry compote, lime mascarpone, and lemon crumble

11,95

Vegan

Gluten free option

Caramel pancakes

Caramelsauce, banana, cookiedough, cacaonibs, and pecans

13,50

Vegan

Gluten free option

Power pancakes

Granola, fresh fruit, banana, and agave syrup

13,50

Vegan

Gluten free option

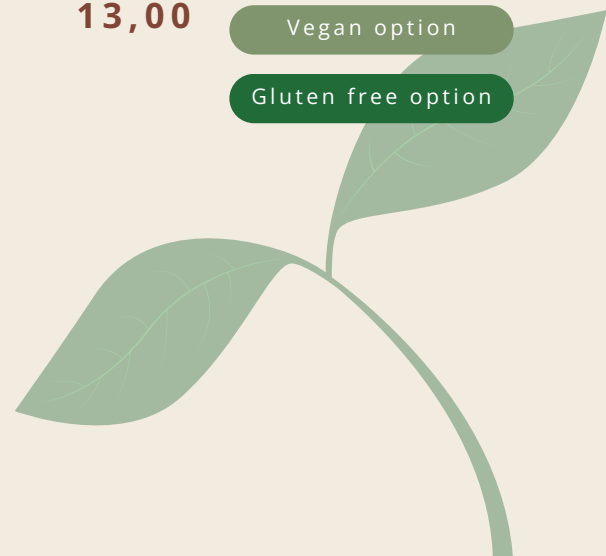
Hot crumble

Hot apricot-applecrumble with apple, served with Greek yoghurt

13,00

Vegan option

Gluten free option



Smoothie bowls

All our smoothiebowl are served with granola*, fresh fruits, and seeds or coconut sprinkles.

Purple açai

Açai, guarana, banana, and coconut milk

13,75

Vegan

Gluten free option

Pink dragon

Dragon fruit, mango, coconut, banana, dates, and coconut milk

13,75

Vegan

Gluten free option

Sweet sunshine

Pineapple, mango, banana, acerola cherry, and coconut milk

13,75


Vegan

Gluten free option

Extra good with your smoothie bowl!

Peanut butter	+1,50
Cacao nibs	+2,00
Vegan protein powder	+3,00

*Our Preps granola contains oats, peanuts and nuts



Salty Dishes

All our savory dishes are served with sourdough multigrain bread.
Gluten free option: seed bread

Smashed avocado & egg

13,95

Vegan option

Smashed avocado, beet spread, feta and tomatoes served with:

Gluten free option

- two poached eggs, or;
- two scrambled eggs, or;
- two fried eggs, sunny side up, or;
- scrambled tofu

Savory pancakes

15,50

Vegan option

Pancakes with savory seasonal toppings.
See the sign on the table :)

Gluten free option

Tuna salad

14,25

Gluten free option

On a base of Greek yoghurt, nori, wasabi, spring onion, sesame oil, soy sauce, cucumber, furikake, and fresh avocado

Smoked salmon

16,25

Gluten free option

Smoked salmon, creamcheese, lemon, dill, capers, tomato, red onion, and fresh herb sauce

Pimp your dish!

Look at our side dishes page, to upgrade your dish!



Salty Dishes

All our savory dishes are served with sourdough multigrain bread.
Gluten free option: seed bread

Balla Bella sandwich

17,00

Vegan

Gluten free option

Plant-based meatballs served on schiacciata bread, tomatoes, olives, arugula, padron peppers, smokey paprika sauce, fresh herb sauce

Oatbangers©

15,00

Vegan

Gluten free option

Preps' Oatbangers©, smashed avocado, kimchi, crunchy edamame beans, cucumber and a mango lime sauce.

Harissa chicken

17,50

Gluten free option

Slow-cooked harissa chicken, served on schiacciata bread with tzatziki, arugula, feta, cucumber, tomato, onion, smokey paprika sauce and fresh herbs

Lemongrass Lover

17,00

Vegan option

Gluten free option

Pulled oyster mushroom served on schiacciata bread, shittake spread, pickled daikon, carrot, cucumber, coriander, fried egg and sriracha yoghurt sauce



Seasonal Specials

Piña colada pancakes

13,50

Vegan

Pancakes with caramelised pineapple, lime mascarpone, crunchy coconut flakes, rum caramelsauce (alcoholfree)

Glutenfree option

Spicy shakshuka

17,50

Vegan mogelijk

Spicy shakshuka with paprika, onion, tomato, black beans, corn, smoked paprika. Served with a poached egg, feta, fresh avocado, coriander and a flatbread

Glutenvrij mogelijk

Ricotta be kidding me

15,00

Vegetarisch

Slice of bread with whipped lemon ricotta, fresh tomatoes, basil, balsamic, pistachio dukkah and parmesan cheese

Glutenvrij mogelijk

Extra nice with our homemade crispy chili oil (+1,00)

Bombay brunch

16,50

Vegan mogelijk

Slice of bread with sweet potato spread, roasted turmeric cauliflower, pickled veggies, cucumber, crunchy chickpeas and spiced scrambled eggs

Glutenvrij mogelijk

**Food allergy? Scan the QR-code for our allergen map.
Do you have any other questions? Ask our staff about the compound of our dishes.**

We try our best to work allergen free in our kitchen. However, we cannot prevent cross-contamination.



—Soups

Tomato soup

Served with bread and butter

8,25

Vegan

Gluten free option

Soup of the week

Ask our staff!

Served with bread and butter

8,75

Vegan

Gluten free option

—Comfy Preps Bowls

Salty brunch bowl

Preps' Oatbangers© with rice noodles, sweet potato spread, cucumber, kimchi, little gem, pickled veggies, crunchy edamame and mango lime sauce

18,75

Vegan

Gluten free option

Smoked salmon bowl

Smoked salmon, lettuce, beethummus, baby potatoes, green apple, dill, radish, cucumber, herb dressing, rye crumble, poached egg and bread

18,75

Gluten free option

Dip and schwip bowl

Choose; slow-cooked harissa chicken, or plant-based meatballs

With quinoa, tzatziki, padron peppers, roasted cauliflower, olives, tomato, smokey paprika sauce, pistachio dukkah and bread

18,75

Vegan option

Gluten free option



I want it all

Hangover brekkie mix

18,75

Vegan option

Gluten free option

- Small surprise smoothie bowl
- A piece of banana bread, with peanut butter, lemon crumble and lavender
- Beet hummus, with half a slice of bread, smashed avocado, a poached egg, and tomatoes

Hangover brekkie sweet

18,75

Vegan

Gluten free option

- Small surprise smoothie bowl
- A piece of banana bread, with peanut butter, lemon crumble and lavender
- A pancake with lime mascarpone and fruit coulis

Hangover brekkie salty

18,75

Vegan option

Gluten free option

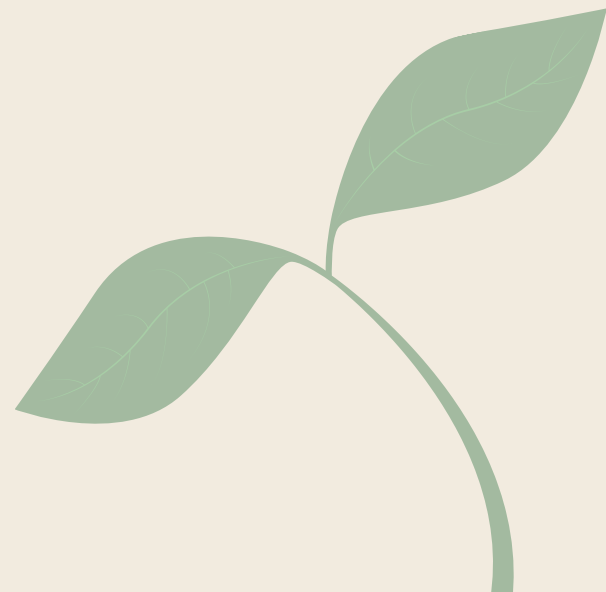
- Small portion soup of the week
- Half a slice of bread with smokey paprik an oatbanger© and ,mango lime sauce
- A pancake, with smashed avocado, a poached egg, balsamico, and tomato



Side dishes

Our side dishes cannot be ordered seperately. You can only order them in combination with one of our main dishes.

Poached egg	1,50	Sriracha	0,50
Scrambled egg	1,50	Crispy chili oil	1,00
Sunny side up egg	1,50	Herb butter	0,50
Scrambled tofu	3,00		
		Extra slice of bread	2,00
Vegan bacon	3,50	Side salad	3,00
Smoked salmon	3,50	Baby potatoes	4,00
Oatbanger 1 piece	3,00		
Harissa chicken	4,00	Fruit salad	4,50
		Cacao nibs	2,00
Smashed avocado	3,00		
Beet Hummus	3,00	Peanut butter	1,50
		Caramel	0,50
		Agave	0,50
		Vegan protein powder	3,00



Coffee & Tea

Coffee

Espresso	3,10
Doppio	4,20
Coffee*	3,10
Americano	4,30
Cappuccino	3,90
Latte Macchiato	4,30
Flat White	4,50
Café au Lait	3,90
Espresso Macchiato	3,50
Cortado	3,60

Coffee specials

Cinnamon Latte	4,80
Matcha Latte	5,80
London Fog	5,50
<i>Chai Latte vanille/masala*</i>	4,80
<i>Turmeric Latte*</i>	5,50
<i>Pink rose latte*</i>	5,50
<i>Hot Cacao - 100% cacao*</i>	5,50

***originally without espresso**

Want a kick of caffeine?

Espresso shot +0,80

Monin syrup +0,60

Plant based milk: oat, soy, pea, or coconut milk.

***Our coffees are also available in decaf. This is made from chicory root, an alternative healthier option for decaf.**

Iced coffee

Iced Americano	4,40
Iced Cappuccino	4,00
Iced Latte	4,40
Off white	4,70
Espresso Tonic	5,60
Espresso Orange juice	5,60

Special Iced Lattes

Iced Matcha Latte	5,90
Iced Matcha Piña Colada	6,70
Iced Chai Latte	4,90
Iced Dirty Chai	5,70
<i>Iced Pink Rose Latte*</i>	5,60

Tea

<i>Earl grey, white tea, rooibos, forest fruits, green tea</i>	3,40
--	------

Fresh Mint	4,10
Fresh Ginger Lemon	
Fresh Apple Cinnamon	
Fresh Rosemary Orange	

Sodas, juices, and goods

Juices

Fresh orange juice	4,75
Carrot, apple, lemon	5,50
Beet, apple, ginger, lemon	5,50
Cucumber, celery, apple, lemon	5,50
Seasonal juice: see the sign on the table :)	5,50
Fresh ginger shot	3,75

Smoothies

Berry nice 6,75
Strawberry, raspberry, banana and coconutmilk

Better than botox
Mint, broccoli, lime, mango, banana, and water

I don't need a man(go)
Mango, banana, and apple juice

Sodas

Still/sparkling water - 25cl	3,30
Still/sparkling water - 75cl	6,20
Fritz kola / kola zero	3,40
Spicy ginger beer	3,40
Lychee - Rose soda	4,70
Lavender - Lemon soda	4,70
Home Made Iced Tea	4,70
Matcha Citrus Lemonade	6,80

Kombucha - Noush-Cha

Guava - tropical fruit from South America 5,80

Seasonal flavour: ask our staff!

Sweet goods

Banana bread	4,50
Carrot cake	5,50
Red velvet cake	5,50
Cheesecake vegan	5,50
Cheesecake gluten free	5,50
Home made pastry	5,50

For more goods, check the display case!

