

# SIGNATURE BOWLS



## PLANTED CHICKEN BOWL

AFMN023

NOT SO BIG: 9,90  
BIG: 13,90

REIS  
TERIYAKI  
PLANTED.CHICKEN  
MANGO  
EDAMAME  
HUMMUS  
ROTES CHILIKRAUT  
SPICY MANGO-MAYO  
SESAM



## SALMON WASABI BOWL

ADEFMN0123

NOT SO BIG: 9,90  
BIG: 13,90

REIS  
TERIYAKI  
LACHS  
EDAMAME  
MANGO  
AVOCADO-MASH  
KAROTTE  
WASABI-MAYO  
SHREDDED NORI  
ERDNÜSSE



## VEGAN BOWL R RITO BOWL

AFM023

NOT SO BIG: 9,90  
BIG: 13,90

REIS  
TERIYAKI  
PLANTED.KEBAB  
MAIS  
KIDNEYBOHNEN  
AVOCADO-MASH  
TOMATENSALSA  
AIOLI-MAYO  
TORTILLA CHIPS  
FRÜHLINGSZWIEBEL



## PULLED CHICKEN BOWL

FM23

NOT SO BIG: 9,90  
BIG: 13,90

REIS  
LADYLIKE  
PULLED CHICKEN  
MANGO  
AVOCADO-MASH  
GURKE  
KAROTTE  
MARACUJA-MAYO  
CHILI  
SOLNUTS



## SPICY FALAFEL BOWL

AEFH.11MN234

NOT SO BIG: 7,90  
BIG: 9,90

REIS  
POKE  
FALAFEL  
ROTKRAUT  
HUMMUS  
ROTE KICHERERBSEN  
BLATTSPINAT  
SRIRACHA-MAYO  
DUKKAH



## JERK CHICKEN BOWL

AEFHH.11LMN0234

NOT SO BIG: 9,90  
BIG: 13,90

REIS  
TERIYAKI  
JERK CHICKEN  
EDAMAME  
ROTKRAUT  
ANANAS  
SÜSSKARTOFFEL-PÜREE  
SRIRACHA-MAYO  
DUKKAH  
FRÜHLINGSZWIEBEL



## TOFU SESAME BOWL

AEFHLMN01243

NOT SO BIG: 9,90  
BIG: 13,90

REIS  
POKE  
TOFU MARINIERT  
AVOCADO-MASH  
SÜSSKARTOFFEL-PÜREE  
ROTE KICHERERBSEN  
ROTKRAUT  
SESAM-MAYO  
ERDNÜSSE  
FRÜHLINGSZWIEBEL



## CAESAR SALAD BOWL

AA.3CDGM23

BIG: 11,90

ROMANA SALAT  
CAESAR SALAT-DRESSING  
CHICKEN BREAST  
TOMATENSALSA  
GEKOCHTES EI  
BROTCHIPS  
FRÜHLINGSZWIEBEL

Gerne tauschen wir dir max. 1 gleichwertige Zutat bei den Signature Bowls aus.

# CREATE YOUR OWN BOWL

NOT SO BIG AB: 9,90  
BIG AB: 13,90

## 01 BASIS

1 ZUR AUSWAHL

REIS  
BLATTSPINAT +1€  
QUINOA +1€  
ROMANA SALAT +1€

## 02 VEGAN DRESSING

1 ZUR AUSWAHL

**MARACUJA** 🍊  
LADYLIKE  
**SESAME-SOY**  
POKE <sup>AFN4</sup>  
**SWEET-SOY**  
TERIYAKI <sup>AF0</sup>  
**NATURAL-SOY** 🍯  
TAMARI <sup>F</sup>  
  
**SALAT-DRESSING**  
CAESAR <sup>A.3CDGM23</sup>  
(NICHT VEGAN)

## 03 GREEN

4 ZUR AUSWAHL

ANANAS  
AVOCADO-MASH <sup>3</sup>  
BLATTSPINAT  
EDAMAME <sup>F</sup>  
GEKOCHTES EI <sup>C</sup>  
GURKE  
HUMMUS <sup>N3</sup>  
KAROTTE  
KIDNEYBOHNEN  
MAIS  
MANGO  
ROTE KICHERERBSEN  
ROTKRAUT  
ROTES CHILIKRAUT <sup>O</sup>  
SÜSSKARTOFFEL-  
PÜREE <sup>HLNO</sup>  
TOMATENSALSA

## 04 PROTEIN

1 ZUR AUSWAHL

**MEAT**  
CHICKEN BREAST  
JERK CHICKEN <sup>AFM2</sup>  
PULLED CHICKEN <sup>FM23</sup>  
**FISH**  
LACHS <sup>DFN</sup> +1€/0,5€  
**VEGAN**  
PLANTED.CHICKEN <sup>N</sup>  
+1€/0,5€  
PLANTED.KEBAB +1€/0,5€ <sup>F</sup>  
FALAFEL  
TOFU MARINIERT <sup>AFN012</sup>

## 05 VEGAN MAYO

1 ZUR AUSWAHL

AIOLI <sup>M2</sup>  
MARACUJA <sup>M23</sup>  
SESAM <sup>FMN2</sup>  
SPICY MANGO <sup>M2</sup>  
SRIRACHA <sup>FM234</sup> 🌶️  
WASABI <sup>M123</sup>

## 06 TOPPING

2 ZUR AUSWAHL

**CRUNCHY**  
BROTCHIPS <sup>A2</sup>  
ERDNÜSSE <sup>E</sup>  
RÖSTZWIEBEL <sup>A</sup>  
SESAM <sup>N</sup>  
SOLNUTS  
TORTILLA CHIPS  
**VEGGIE**  
FRÜHLINGSZWIEBEL  
KORIANDER  
SHREDDED NORI  
**SPICY** 🌶️  
CHILI  
DUKKAH <sup>EFH11N</sup>

## WANT MORE?

PROTEIN ..... 3,00€

FALAFEL,  
CHICKEN,  
TOFU,  
PLANTED.CHICKEN,  
PLANTED.KEBAB,  
LACHS

GREEN ..... 1,50€

TOPPING ..... 0,50€





# DRINKS & COOKIES

## DRINKS

PREISE EXKL. PFAND 0,15 €.

VÖSLAUER 0,33L STILL   PRICKELND	3,50
RAUCH EISTEE <sup>4,8,9</sup> 0,33L ZITRONE   PFIRSICH	3,90
FRITZ KOLA <sup>11</sup>   SUPER ZERO <sup>11</sup> 0,33L	3,90
FRITZ SPRITZ BIO APFELSCHORLE 0,33L	3,90
PAULANER SPEZI <sup>1,3,10,11</sup> 0,33L	3,50
ALMDUDLER 0,35L	3,90

## COOKIES

FRAGE NACH UNSEREN AKTUELLEN SORTEN	1,90
--	------



HOL DIR DIE  
FAT MONK-APP!  
MONKS SAMMELN &  
SPECIAL DEALS HOLEN!

