

WRAPS & BURRITOS

Chicken ^(A,G,M,1)

Saftiges Hähnchenbrustfilet | Salatmix | Paprika | Cherrytomaten | Hirtenkäse & Honig Senf Sauce

Wrap: 8,50 € / Burrito: 9,50 €

- mit Planted Chicken ⁽¹⁾ + 0,00 €

Falafel ^(A,G,N,2)

Hausgemachte Falafelbällchen | Salatmix | Paprika | Cherrytomaten | Gurke | Mais | Hummus | frische Minze & hausgemachte Joghurt Dill Sauce

Wrap: 8,50 € / Burrito: 9,00 €

Mexican ^(A,G)

Rinderhackfleisch | Salatmix | Kidneybohnen | Mais | frische Minze | hausgemachte Salsa & Joghurt Dill Sauce

Wrap: 8,50 € / Burrito: 9,00 €

- mit hausgemachter Guacamole + 1,50 €

- mit Jalapenos + 1,00 €

Wrap: ohne Reis & Gouda / Burrito: mit Reis & Gouda(G)

Summer ^(A,G,M,B)

Salatmix | Paprika | Cherrytomaten | Zucchininudeln | Karotte | Hirtenkäse | Mais | hausgemachte Balsamico Vinaigrette & Honig Senf Sauce

Wrap: 6,50 € / Burrito: 7,00 €

- mit saftigem Hähnchenbrustfilet ⁽¹⁾ + 3,00 €

- mit Planted Chicken ⁽¹⁾ + 3,00 €

Buddha (Vegan) ^(A,F,N,M)

Salatmix | Edamame | Karotte | Rotkohl | Mais | Frühlingszwiebeln | Granatapfelkerne & hausgemachte Sesam Sauce

Wrap: 6,50 € / Burrito: 7,00 €

- mit Planted Chicken ⁽¹⁾ + 3,00 €

DRINKS

Eistee's

(0,33l)

Elephant Bay Eistee Peach 3,50 €
Elephant Bay Lemonade Pink Grapefruit 3,50 €
Elephant Bay Lemonade Lime & Mint ⁽⁵⁾ 3,50 €
Elephant Bay Lemonade Exotic 3,50 €

Softdrinks & Saftschorlen

(0,33l)

Stuggi Quellwasser still 3,00 €
Stuggi Quellwasser medium 3,00 €
Stuggi Schorle (verschiedene Sorten) 3,50 €
Coca-Cola ^(3,4,5,6) 3,50 €
Coca-Cola Zero ^(3,4,5,6,7,8) 3,50 €
Paulaner Spezi ^(3,4,5,6) 3,50 €

EXTRAS

Srirache Mayo ^(F,M,1,3,5) Portion 0,50 €
Falafel ^(A) Stück 0,80 €
Langkornreis Portion 1,00 €
Bio Couscous ^(A) Portion 1,00 €
Granatapfelkerne Portion 1,00 €
Geröstete Crunchy Onions Portion 1,00 €
Jalapenos Portion 1,00 €
Fried Wrap Chunks ^(A) Portion 1,30 €
Hausgemachte Kartoffelchips Portion 1,50 €
Kartoffelfrischkäsetasche ^(C) Portion 1,50 €
Süßkartoffeln Portion 1,50 €
Hirtenkäse ^(C) Portion 1,50 €
Hausgemachte Guacamole Portion 1,50 €
Brokkoli Portion 2,50 €
Thunfisch ^(C) Portion 3,50 €
Saftiges Hähnchenbrustfilet ⁽¹⁾ Portion 4,00 €
Rinderhackfleisch Portion 4,00 €
Planted Chicken ⁽¹⁾ Portion 4,00 €
Räucherlachs ⁽²⁾ Röllchen 2,00 €
Gemischter Salat ⁽⁸⁾ Portion 5,00 €



BELI'S

- BOWLS -

GESUND - PROTEINREICH - TRANSPARENT

70794 Filderstadt | Raiffeisenstraße 22
Mo. - Sa. von 11:00 Uhr - 19:00 Uhr

bonlanden@belis-bowls.de
instagram.com/belisbowls.bonlanden

A Glutenhaltig (Weizen) | B Krebstiere | C Eier | D Fisch |
E Erdnüsse | F Soja | G Milch | H Schalenfrüchte | I Sellerie |
J Lupinen | K Weichtiere | L Schwefeldioxid | M Senf | N Sesam |
1 mit Geschmacksverstärker | 2 mit Phosphat |
3 mit Konservierungsstoffen | 4 koffeinhaltig |
5 mit Antioxidationsmitteln | 6 mit Farbstoff |
7 mit Süßungsmitteln | 8 Geschwefelt | 9 Phenylalaninquelle



Zur Homepage

BOWLS

Chicken Bowl ^(E,G,I,N,1)

Langkornreis | saftiges Hähnchenbrustfilet | Paprika | Cherrytomaten | Gurke | Hirtenkäse | Kresse | Körnermix | Sesam & hausgemachte Erdnussauce

Groß: 12,90 € / Klein: 10,90 €

Tipp: mit Honig Senf Sauce ^(M)
- mit Planted Chicken ⁽¹⁾ + 0,00 €

Buddha Bowl (Vegan) ^(A,M,N,F)

Bio Couscous | Salatmix | Edamame | Rotkohl | Karotte | Mais | geröstete Crunchy Onions | Frühlingszwiebeln | Granatapfelkerne | Kresse | Körnermix | Sesam & hausgemachte Sesam Sauce

Groß: 10,50 € / Klein: 8,50 €

- mit Planted Chicken ⁽¹⁾ + 4,00 €
- mit Sriracha Mayo ^(F,M,1,3,5) + 0,50 €

Mexican Bowl ^(A,G,N)

Langkornreis | Rinderhackfleisch | Fried Wrap Chunks | Salatmix | Kidneybohnen | Mais | frische Minze | Kresse | Körnermix | Sesam | hausgemachte Salsa & Joghurt Dill Sauce

Groß: 12,90 € / Klein: 10,90 €

- mit hausgemachter Guacamole + 1,50 €
- mit Jalapenos + 1,00 €

Lachs Bowl ^(D,F,M,N)

Langkornreis | Räucherlachs | Salatmix | Edamame | Gurke | geröstete Crunchy Onions | Frühlingszwiebeln | Kresse | Körnermix | Sesam & hausgemachte Sesam Sauce

Groß: 14,90 € / Klein: 12,90 €

- mit Sriracha Mayo ^(F,M,1,3,5) + 0,50 €

Rainbow Bowl

Langkornreis | saftiges Hähnchenbrustfilet | Salatmix | Edamame | Karotte | Rotkohl | Mais | Kresse | Körnermix | Sesam & Honig Senf Sauce

Groß: 12,90 € / Klein: 10,90 €

- mit Planted Chicken ⁽¹⁾ + 0,00 €
- mit Granatapfelkernen + 1,00 €

Falafel Bowl ^(A,G,N,2)

Bio Couscous | hausgemachte Falafelbällchen | Paprika | Cherrytomaten | Gurke | Mais | Kichererbsen | Hummus | frische Minze | Kresse | Körnermix | Sesam & hausgemachte Joghurt Dill Sauce

Groß: 11,90 € / Klein: 9,90 €

- mit Granatapfelkernen + 1,00 €

Crispy Chicken Bowl ^(G,M,N,8)

Reis | Crispy Chicken Sticks | Kartoffelfrischkäsetasche | Brokkoli | Salat | Rotkohl | Karotte | Edamame | rote Beete | Mais | Hirtenkäse | Kresse | Körnermix | Sesam | hausgemachte Balsamico Vinaigrette | Joghurt Dill & Honig Senf Sauce

Groß: 14,90 € / Klein: 12,90 €

Summer Salad Bowl ^(G,M,N,8)

Salatmix | hausgemachte Kartoffelchips | hausgemachte Guacamole | Paprika | Cherrytomate | Zucchininudeln | Karotte | Hirtenkäse | Mais | Kresse | Körnermix | Sesam & hausgemachte Balsamico Vinaigrette

Groß: 10,90 € / Klein: 8,90 €

- mit Langkornreis + 1,00 €
- mit Bio Couscous ^(A) + 1,00 €
- mit Thunfisch ⁽²⁾ + 3,50 €
- mit saftigem Hähnchenbrustfilet ⁽¹⁾ + 4,00 €
- mit Planted Chicken ⁽¹⁾ + 4,00 €

Potato Bowl ^(G,M,M,8)

Kartoffelfrischkäsetaschen | Salatmix | Rotkohl | rote Beete | Hirtenkäse | Kresse | Körnermix | Sesam | hausgemachte Balsamico Vinaigrette & Honig Senf Sauce

Groß: 10,90 € / Klein: 8,90 €

- mit Langkornreis + 1,00 €
- mit Bio Couscous ^(A) + 1,00 €
- mit saftigem Hähnchenbrustfilet ⁽¹⁾ + 4,00 €
- mit Planted Chicken ⁽¹⁾ + 4,00 €

Anabo(w)l ^(G,N,1)

Saftiges Hähnchenbrustfilet | Salatmix | Süßkartoffeln | Brokkoli | Cherrytomate | Edamame | Kichererbsen | hausgemachte Guacamole | Kresse | Körnermix | Sesam & hausgemachte Joghurt Dill Sauce

Groß: 14,90 € / Klein: 12,90 €

- mit Langkornreis + 1,00 €
- - doppelte Portion saftiges Hähnchenbrustfilet ⁽¹⁾ + 4,00 €

BUILD YOUR OWN BOWL

Groß: 14,90€ / Klein: 12,90€

Basic (Choose 1)

Langkornreis
Bio Couscous ^(A)
Kichererbsen
Salatmix
Zucchininudeln (+1,00 €)

Vegetable (Choose 3)

Paprika
Gurke
Mais
Kidneybohnen
Karotte
Rotkohl
Rote Beete
Edamame
Cherrytomaten
Salatmix
Zucchininudeln
Kichererbsen
Brokkoli

Protein (Choose 1)

Rinderhackfleisch
Saftiges Hähnchenbrustfilet ⁽¹⁾
Planted Chicken ⁽¹⁾
Falafel ^(A) (Groß: 5 Stk. / Klein: 3 Stk.)
Thunfisch ⁽²⁾
Räucherlachs ⁽²⁾ (+1,00 €)

Homemade Sauce (Choose 1)

Erdnussauce ⁽³⁾ (vegan)
Balsamico Vinaigrette ⁽³⁾ (vegan)
Honig Senf Sauce ^(3,M)
Joghurt Dill Sauce ⁽³⁾
Sesam Sauce ^(M,N,F) (vegan)
Salsa Sauce (vegan)

Topping (Choose 2)

Immer gratis inklusive: Kresse, Körnermix, Sesam ^(N)
Frische Minze
Granatapfelkerne
Jalapenos
Hummus ^(N)
Sriracha Mayo ^(F,M,1,3,5)
Hausgemachte Guacamole
Geröstete Crunchy Onions
Fried Wrap Chunks ^(A)
Süßkartoffeln
Hausgemachte Kartoffelchips
Kartoffelfrischkäsetasche ⁽³⁾
Hirtenkäse ⁽²⁾