

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 |
Zucchini nudeln | 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 €

Crispy Chicken ^(A,G,I,M,B)

Crispy Chicken Sticks | Salatmix | Rotkohl
| Karotte | Edamame | rote Beete | Mais |
Hirtenkäse | hausgemachte Balsamico
Vinaigrette | Joghurt Dill & Honig Senf Sauce

Wrap: 8,50 € / Burrito: 9,50 €

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 ^(3,4,5,6,7,9) 3,50 €
Paulaner Spezi ^(3,4,5,6) 3,50 €

EXTRAS

Srirache Mayo ^(F,M,1,3,5)

Falafel ^(A)

Langkornreis

Bio Couscous ^(A)

Granatapfelkerne

Geröstete Crunchy Onions

Jalapenos

Fried Wrap Chunks ^(A)

Hausgemachte Kartoffelchips

Kartoffelfrischkäsetasche ^(G)

Süßkartoffeln

Hirtenkäse ^(G)

Hausgemachte Guacamole

Brokkoli

Thunfisch ^(D)

Saftiges Hähnchenbrustfilet ⁽¹⁾

Rinderhackfleisch

Planted Chicken ⁽¹⁾

Räucherlachs ^(D)

Gemischter Salat ⁽⁸⁾

Portion 0,50 €

Stück 0,80 €

Portion 1,00 €

Portion 1,00 €

Portion 1,00 €

Portion 1,00 €

Portion 1,00 €

Portion 1,30 €

Portion 1,50 €

Portion 1,50 €

Portion 1,50 €

Portion 1,50 €

Portion 1,50 €

Portion 2,50 €

Portion 3,50 €

Portion 4,00 €

Portion 4,00 €

Portion 4,00 €

Röllchen 2,00 €

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



Zur Homepage

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 Süßungsmittel | 8 Geschwefelt | 9 Phenylalaninquelle

BOWLS

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

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

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 | Kicher-
erbsen | Hummus | frische Minze | Kresse | Körner-
mix | Sesam & hausgemachte Joghurt Dill Sauce

Groß: 11,90 € / Klein: 9,90 €

- mit Granatapfelkernen + 1,00 €

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

Reis | Crispy Chicken Sticks | Kartoffelfrisch-
käsetasche | 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^(D) + 3,50 €

- mit saftigem Hähnchenbrustfilet⁽¹⁾ + 4,00 €

- mit Planted Chicken⁽¹⁾ + 4,00 €

Potato Bowl^(G,M,N,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⁾
Crispy Chicken
Planted Chicken⁽¹⁾
Falafel^(A) (Groß: 5 Stk. / Klein: 3 Stk.)
Thunfisch^(D)
Räucherlachs^(D) (+1,00 €)

Homemade Sauce (Choose 1)

Erdnusssauce^(E) (vegan)
Balsamico Vinaigrette^(B) (vegan)
Honig Senf Sauce^(G,M)
Joghurt Dill Sauce^(G)
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^(G)
Hirtenkäse^(G)