

ENERGIE

Kalte Bowls// Salate

	Kategorie	Gramm	Kcal// Bowl	Kcal// 100g
Salat// Rohkost// Papayacreme// Falafel// Süßkartoffelcreme	Vegetarisch	388,00	383,78	98,91
Salat// Rohkost// Papayacreme// Falafel// Räucherlachs	Fisch	408,00	443,78	108,77
Salat// Rohkost// Papayacreme// Falafel// Hähnchenbrust	Fleisch	458,00	461,78	100,83
Griechischer Bauernsalat// Hähnchenbrust	Fleisch	445,00	400,00	89,89
Griechischer Bauernsalat// Thunfisch	Fisch	469,00	419,00	89,34
Hähnchengyros// Skyr-Sour Cream// Weißkrautsalat// Low Carb	Fleisch	552,00	344,00	62,32
Hähnchengyros// Skyr-Sour Cream// Weißkrautsalat// Falafel	Fleisch	602,00	478,38	79,47
Hähnchengyros// Skyr-Sour Cream// Weißkrautsalat// Süßkartoffel	Fleisch	602,00	387,00	64,29
Thunfischsalat// Kichererbsen// Hummus// Karottensalat// Mango// Mais// Gurke	Fisch	535,00	468,00	87,48
Falafel// Hummus// Couscous// Karottensalat// Orange// Mango// Cashew	Vegan	558,00	537,97	96,41
Burrito// Guacamole// Süßkartoffel// Cheddar// Salat// Gurke// Tomatensalsa	Fleisch	410,00	519,00	126,59
Burrito// Guacamole// Nachos// Cheddar// Salat// Gurke// Tomate	Fleisch	410,00	615,00	150,00
Hähnchenbrust// Kichererbse// Süßkartoffelcreme// Brokkoli// Salat// Hirtenkäse	Fleisch	425,00	421,00	99,06

Kalte Bowls// auch zum Aufwärmen

Tandoori-Hähnchenbrust// Vollkornpenne// Feta// Dattel// Paprika// Cashew	Fleisch	514,00	711,00	138,33
Tandoori-Hähnchenbrust// Couscous// Feta// Dattel// Paprika// Cashew	Fleisch	517,00	683,00	132,11
Vollkornpasta// Stracciatella// Antipasti// Avocado// Kürbiskerne	Vegetarisch	519,00	674,00	129,87
Vollkornpasta// Thunfisch// Antipasti// Avocado	Fisch	619,00	687,00	110,99

Wraps (Protein, Vollkorn oder Weizen)

Schinken// Karotte// Mango// Kartoffel// Rucola// Frischkäse	Fleisch	257,00	410,00	159,53
Gouda// Karotte// Mango// Kartoffel// Rucola// Frischkäse	Vegetarisch	280,00	437,00	156,07
Hirtenkäse// Dattel// Paprika// Cashew	Vegetarisch	226,00	512,00	226,55
Hummus// Paprika// Kidney// Rucola	Vegan	250,00	481,00	192,40

Vollkorn-Sandwich

Schinken// Grillpaprika// Hummus
 Gouda// Ei// Karotte// Frischkäse
 Hummus// Gurke// Essiggurke
 Thunfisch// Ei// Paprika

Fleisch	185,00	293,00	158,38
Vegetarisch	210,00	472,00	224,76
Vegan	165,00	249,00	150,91
Fisch	190,00	311,00	188,48

Dressing

Balsam
 Mango
 Orange
 Kürbiskern
 Joghurt-Kräuter
 Senf-Kräuter
 Honig-Senf
 Ahornsirup-Kräuter
 Sour Cream

Vegan	75,00	65,00	86,67
Vegan	75,00	60,00	80,00
Vegan	75,00	59,00	78,67
Vegan	75,00	187,00	249,33
Vegetarisch	75,00	144,00	192,00
Vegan	75,00	146,00	194,67
Vegetarisch	75,00	156,00	208,00
Vegan	75,00	163,00	217,33
Vegetarisch	75,00	53,00	70,69

Süß

Granola// Skyr// Himbeerprotein
 Granola// Skyr// Bananenprotein
 Granola// Skyr// White Choc Protein
 Skyr// Ahornsirup// Beeren// Chiasamen
 Banana Oats, High Protein
 Banana Oats, vegan

Vegetarisch	250,00	292,60	117,04
Vegetarisch	250,00	292,60	117,04
Vegetarisch	250,00	292,60	117,04
Vegetarisch	210,00	214,00	101,90
Vegetarisch	348,00	494,00	141,94
Vegan	333,00	434,00	130,33