



TOFU SESAME MONK
AEFHMND

REIS
POKE
TOFU MARINIERT
AVOCADO
SÜSSKARTOFFEL-PÜREE
PAPRIKA
ROTKRAUT
SESAM-MAYO
ERDNÜSSE
JUNGZWIEBEL

NOT SO BIG: 8,90
BIG: 12,90



PLANTED CHICKEN MONK
AFND

REIS
POKE
PLANTED.CHICKEN
MANGO SALSA
EDAMAME
HUMMUS
ROTES CHILI-KRAUT
SPICY-MANGO-MAYO
SESAM

NOT SO BIG: 8,90
BIG: 12,90



RED FALAFEL MONK
AEFHMN

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

NOT SO BIG: 7,90
BIG: 10,90



JERK CHICKEN MONK
AEFHMN

REIS
POKE
JERK CHICKEN
EDAMAME
ROTKRAUT
ANANAS SALSA
SÜSSKARTOFFEL-PÜREE
SRIRACHA-MAYO
DUKKAH
JUNGZWIEBEL

NOT SO BIG: 8,90
BIG: 12,90



PULLED CHICKEN MONK
ADFN

REIS
LADYLIKE
PULLED CHICKEN
MANGO SALSA
AVOCADO
GURKE
PAPRIKA
MARACUJA-MAYO
CHILI
SOLNUTS

NOT SO BIG: 8,90
BIG: 12,90



SPICY MEAT-BOWL MONK
ACFHN

REIS
POKE
MEATBALLS
EDAMAME
SÜSSKARTOFFEL-PÜREE
ROTES CHILI-KRAUT
MANGO-SALSA
SPICY MANGO-MAYO
RÖSTZWIEBEL

NOT SO BIG: 8,90
BIG: 12,90



TRUFFLE ROASTBEEF MONK
AFHN

REIS
POKE
ROASTBEEF
MAIS
BLATTSPINAT
SÜSSKARTOFFEL-PÜREE
PAPRIKA
MISO TRÜFFEL-MAYO
RÖSTZWIEBEL

NOT SO BIG: 9,90
BIG: 14,90



SALMON WASABI MONK
ABCEFHMD

REIS
POKE
LACHSTATAR
EDAMAME
MANGO SALSA
AVOCADO
PAPRIKA
WASABI-MAYO
SHREDDED NORI
CHILI-ERDNÜSSE

NOT SO BIG: 9,90
BIG: 14,90

CREATE YOUR OWN BOWL

NOT SO BIG AB: 8,90
BIG AB: 12,90

01 BASIS

1 ZUR AUSWAHL

REIS
BLATTSPINAT +1€
QUINOA +1€
UDON A +1€

NEW

02 VEGAN DRESSING

1 ZUR AUSWAHL

LEMON-SOY
PONZU AF
MARACUJA
LADYLIKE
SESAME-SOY
POKE AFN

03 GREEN

4 ZUR AUSWAHL

ANANAS SALSA
AVOCADO
BLATTSPINAT
EDAMAME F
GURKE
HUMMUS N
KIMCHI BD NEW
MAIS
MANGO SALSA AFN
MISO KAROTTEN AFN NEW
PAPRIKA
ROTE KICHERERBSEN
ROTKRAUT
ROTES
CHILIKRAUT O
SÜSSKARTOFFELPÜREE HN

04 PROTEIN

1 ZUR AUSWAHL

MEAT
BEEF & MAPO TOFU AFLO +2€/1€
JERK CHICKEN AFM
PULLED CHICKEN D
ROASTBEEF +3€/2€
MEATBALLS ACFN +2€/1€

NEW

FISH
LACHSTATAR D +3€/2€

VEGAN

PLANTED.CHICKEN N +2€/1€
RED FALAFEL AF
TOFU MARINIERT AEFND
VIOLE FETA-ALTERNATIVE +2€/1€

05 VEGAN CREAM

1 ZUR AUSWAHL

MARACUJA
MISO-TRÜFFEL AF
SESAM AEFMN
SPICY MANGO AF
SRIRACHA FM
WASABI FO

06 TOPPING

2 ZUR AUSWAHL

CRUNCHY
CHILI-ERDNÜSSE EH
ERDNÜSSE E
RÖSTZWIEBEL A
SESAM N
SOLNUTS
VEGGIE
FRÜHLINGSZWIEBEL
KORIANDER
SHREDDED NORI
SPICY
CHILI
DUKKAH EHN

SPECIALS



MISO SOUP

UDON NUDELN
DAZU?

KOKOSMILCH
MISO
JUNGZWIEBEL



4.50
AUFPREIS UDON: 1.00



KIMCHI BEEF MONK

ABDEFLMNG

REIS
POKE
BEEF & MAPO TOFU
KIMCHI
EDAMAME
GURKE
MISO-KAROTTEN
KORIANDER
ERDNÜSSE
SRIRACHA MAYO

BIG: 12,90
NOT SO BIG: 8,90

DESSERT

CARAMEL-CREME ACGHF 3,90
BANANA & MANGO
CHIA PUDDING VEGAN 3,90
BERRYSAUCE
TRIPLE CHOCOLATE MOUSSE ACGHF 3,90
MATCHA COOKIE ACFGH 1,90
CHOCOLATE GINGER COOKIE ACFG 1,50



WANT SOME EXTRA?

PROTEIN 4,00
ROASTBEEF, LACHS
FALAFEL, CHICKEN, TOFU,
MEATBALLS, PLANTED.CHICKEN,
VIOLE FETA-ALTERNATIVE
BEEF & MAPO TOFU 3,00
GREEN 1,50
TOPPING 0,50