

ALTID FRESH

BOWLS

Chicken 109,- / 129,-

Vælg ml. chipotle-marineret kylling eller neutral kylling, bulgur*, gulerod, syltede rødløg, edamamebønner & avocado. Dressing: goma & chillimayo. Toppet med forårsløg og sesamfrø. **Indeholder gluten.**

* Fravælg bulgur og få blomkålsris for glutenfri bowl.
Neutral kylling Kcal 555 / 867 | Protein 34g / 57g
Chipotle kylling Kcal 586 / 873 | Protein 34g / 57g

Teriyaki chicken 109,- / 129,-

Teriyaki-marineret kylling, ris, sukkerærter, edamamebønner, rød spidskål & avocado. Dressing: goma. Toppet med ristede cashewnødder, forårsløg og sesamfrø. **Indeholder gluten.**

Kcal 523 / 849 | Protein 34g / 57g

Duck 109,- / 129,- Glutenfri

Confiteret and, ris, edamamebønner, syltet rød spidskål, salsa & avocado. Dressing: goma og chillimayo.

Toppet med forårsløg og sesamfrø.
Kcal 510 / 655 | Protein 18g / 33g

Beef 109,- / 129,- Glutenfri

Marineret økologisk okse, blomkålsris, rød spidskål, sukkerærter, salsa og avocado. Dressing: chillimayo. Toppet med forårsløg og sesamfrø. Tilføj spicy.

Kcal 328 / 474 | Protein 19g / 38g

Teriyaki tofu 99,- / 119,- Vegansk

Chimichurris & marineret tofu, gulerod, sukkerærter, salsa & avocado. Dressing: teriyaki*. Toppet med forårsløg og sesamfrø. **Indeholder gluten.**

*Fravælg teriyaki-dressing for glutenfri bowl.
Kcal 385 / 586 | Protein 12g / 25g

Beyond 109,- / 129,- Vegetarisk

Beyond Meat, bulgur, rød spidskål, gulerod & edamamebønner. Dressing: teriyaki & chillimayo. Toppet med cashewnødder, koriander og frisk chili. **Indeholder gluten.**

Kcal 703 / 1013 | Protein 36g / 51g

Spicy falafel 109,- / 129,- Vegetarisk

Ovnbagt spicy falafel, ris, syltede rødløg, edamamebønner, rød spidskål, salsa & avocado. Dressing: chillimayo. Toppet med forårsløg & sesamfrø. **Indeholder gluten.**

Kcal 484 / 708 | Protein 16g / 25g

Salmon 109,- / 129,- Glutenfri

Fersk ASC-certificeret laks, blomkålsris, rød spidskål, hytteost, tangsalat & avocado. Dressing: goma & chillimayo. Toppet med forårsløg og sesamfrø. **Indeholder rå fisk.**

Kcal 295 / 455 | Protein 16g / 28g

Sushi 119,- / 139,-

Fersk ASC-certificeret laks, ris, gulerod, syltede ingefær, tangsalat & avocado. Dressing: wasabimayo. Toppet med knust tangchips*, forårsløg og sesamfrø. **Indeholder rå fisk og gluten.**

* Fravælg tangchips for glutenfri bowl.

Kcal 457 / 664 | Protein 14g / 23g

HOT BOWLS

Mexi 109,- / 129,- Glutenfri

Vælg ml. neutral kylling, chipotle kylling, marineret okse, marineret tofu eller Beyond Meat. Ris, kidney- og smørbonner kogt i mexikanske krydderier. Toppet med salsa, fajitas-peber, avocadocreme og sesam.

Neutral kylling Kcal 356 / 584 | Protein 29g / 55g
Chipotle chicken Kcal 381 / 591 | Protein 29g / 55g
Marineret okse Kcal 326 / 510 | Protein 22g / 40g
Marineret tofu Kcal 305 / 467 | Protein 14g / 25g
Beyond meat Kcal 516 / 644 | Protein 30g / 37g

Chop suey 109,- / 129,- Glutenfri

Vælg ml. marineret okse eller marineret tofu for vegansk udgave. Ris, ovnstegte grøntsager af peber, rødløg, rød spidskål, gulerod, spicy soya toppet med forårsløg og ristede cashewnødder.

Marineret okse Kcal 356 / 588 | Protein 23g / 42g
Marineret tofu Kcal 305 / 356 | Protein 12g / 23g

FRESH DEALS

Er du fresh på en god deal? Så vælg en af vores populære menuer, hvor du både får bowl & drikke til en skarp pris.

Bowl menu fra 139,-

I valgfri bowl, vælg ml. chicken, chicken chipotle, teriyaki chicken eller teriyaki tofu.

I valgfri empanada med dip

I vand. Vælg lemonade/saft +10,- el. øl/vin +15,-
Salmon, beef, Beyond, sushi, spicy falafel, duck eller varme bowls +10,-

Bowl & juice fra 129,-

Vælg mellem chicken, teriyaki chicken eller teriyaki tofu

Valg af andre bowls inkl. varme bowls +10kr.

Vælg energizer juice el. spicy juice

Valg af vitamin juice +10kr.



MY BOWL

Byg din egen lille eller standard bowl med eller uden protein.

Med protein 109,- / 129,-

Tilføj laks eller Beyond Meat +10,-

Uden protein 69,- / 89,-

Vælg 1
BASE

Ris, blomkålsris, bulgur el. chimichurris.

Vælg 3 - ekstra +10,-
GRØNT

Sukkerærter, rød spidskål, gulerod, edamamebønner, syltede rødløg, broccoli, syltede rød spidskål el. tangsalat.

Vælg 1 - ekstra +15,-
PREMIUM

Avocado, hytteost, fajitas-peber, salsa el. syltet ingefær.

Vælg 1 - ekstra 50 g. +30,- / laks 30 g. +30,-
PROTEIN

Chipotle-kylling, neutral kylling, teriyaki-kylling, marineret okse, marineret tofu, Beyond Meat el. laks.

Vælg 2 - ekstra +10,-
DRESSING

Goma, chillimayo, teriyaki, sriracha-chili, chimichurri, wasabimayo, spicy soya el. soya. Avocadocreme +5 kr

Vælg 2 - ekstra + 7,-
TOPPING

Sesamfrø, forårsløg, koriander, persille, ristede cashewnødder, knust tangchips, ristede mandler, granatæblerkerne el. frisk chili.

SMOOTHIE BOWLS

Acai cup 89,- Kcal 407

Acai, blåbær, banan, mandeldrik, penutbutter toppet med granola, chiafrø, hampefrø og banan.

Acai bowl 99,- Kcal 389

Acai, blåbær, banan, mandeldrik, toppet med granola, chiafrø, ristede kokosflager, hampefrø og banan.

Spirulina bowl 99,- Kcal 466

Spinat, havredrik, spirulina, banan, chiafrø toppet med granola, banan, peanutbutter og granatæblerkerne.

CHILDREN

Børnebowl m. 4 nuggets 59,-

Vegansk Ris, edamamebønner og gulerod toppet med sesamfrø

Børnebowl m. kylling 59,-

Ris, edamamebønner, gulerod og kylling neutral toppet med sesamfrø.

ALTID MERE
FRESH
END DIN EGEN
MADPAKKE

ER DU FRESH?

20% STUDIERABAT

Buddha Bowl skal være for alle! Derfor har vi lanceret "STUDIERABATTEN". Har du et gyldigt studiekort, du kan fremvise, får du 20% på mad og drikke.

WHAT'S NOT TO LIKE?

Kan ikke bruges i forbindelse med andre rabatter eller tilbud.

PITA

Økologisk pita med fyld af edamamebønner, rød spidskål, syltede rødløg og gulerod. Toppet med forårsløg og sesamfrø.

Chipotle kylling & goma 99,-

Kcal 483

Marineret okse & chillimayo 109,-

Tilføj spicy. Kcal 505

Beyond Meat & chimichurri 109,-

Vegansk Kcal 618

Confiteret and & chillimayo 109,-

Kcal 645

Falafel 109,-

Kcal 581

EMPANANADA

1 stk. 45,- inkl 1 dip

2 stk. 80,- inkl 1 dip

3 stk. 105,- inkl 2 dip

Toppet med forårsløg og sesamfrø.

Fyld, vælg ml:

feta-spinat, veggie (øko & vegansk), okse-ost (øko) el. skinke-ost (øko).

Dip, vælg ml:

spicy soya, wasabi mayo, chillimayo, chimichurri, goma, sriracha-chili el. teriyaki.

PERFECT
FRESH
SNACK

SIDES

3 No Chicken tenders 69,- **Vegansk**

Toppet med forårsløg og sesamfrø. Inkl. 1 dip.

Crispy nuggets 29,- **Vegansk** (dip +10,-)

Tempura-tangchips 49,- (spicy).