

BOWLD.



WÄRMENDER GENUSS.

CURRY-GOLD  **HOT**  **11,95**
würziges Hähnchencurry, Jasminreis,
Granatapfelkerne, Sesam, Koriander

HEISS & HERZLICH  **12,95**
gegrilltes Hähnchen, Jasminreis,
rotes Süßkartoffelcurry, Sesam, Kresse

SEELENWÄRMER   **11,95**
gegrillter Brokkoli, Dreifarbiger-Quinoa,
Vollkornreis, Karotten, Erdnüsse, Sesam,
Edamame, Kichererbsen-Curry-Sauce

GLÜCKSMOMENT   **11,95**
gegrilltes Gemüse, Dreifarbiger-Quinoa,
Vollkornreis, Edamame, Sesam, Rotkohl,
Kresse, Kichererbsen-Curry-Sauce

DAZU.

- + SCHAFSKÄSE **1,95**
- + GEGRILLTER BROKKOLI **1,95**
- + GEGRILLTE SÜSSKARTOFFELN **1,95**
- + AVOCADO **1,95**
- + GEGRILLTES HÄHNCHEN **2,95**
- + PLANTED KEBAB **2,95**
Vegane Fleischalternative gegrillt
- + BEILAGENSALAT **2,95**

CURRY-MENÜ **16,90**
Curry nach Wahl + Limonade/Wasser + Beilagensalat

Allergene & Zusatzstoffe:

Unsere Allergene Karte liegt für dich bereit – frag einfach unser Team.
Alle Preise inkl. MwSt. | © 2026 designed by finestyle.eu

BOWLS

BOWLS.

KÜSTENZAUBER **TIPP** 14,95

Lachs (geräuchert), warmer Jasminreis, Salat, Mango, Edamame, Röstzwiebeln, Sesam, Avocado, Ponzu-Dressing, Wasabi

AVOCADO-AFAIR **G** 13,65

gegrilltes Hähnchen, warmer Dreifarbigiger-Quinoa, warmer Vollkornreis, Salat, Avocado, Tomate, Mais, Nacho-Crunch, Spicy-Salsa

CHEF-BOWL 13,65

gegrilltes Hähnchen, warmer Dreifarbigiger-Quinoa, warmer Vollkornreis, Salat, Rotkohl, Paprika, Erdnüsse, Koriander, Erdnussauce

TOKYO 13,45

gegrilltes Hähnchen, warmer Jasminreis, Salat, Gurke, Karotte, Edamame, Röstzwiebeln, Sesam, Teriyaki-Sauce

FREIGEIST **V** 11,95

gegrillte Süßkartoffeln, warmer Jasminreis, Salat, Gurke, Mango, Granatapfelkerne, Röstzwiebeln, Sesam-Dressing

WÜSTENWIND **V** 11,95

gegrillte Falafeln, warmer Jasminreis, Rote Bete-Hummus, Gurke, Tomaten, Sesam, Granatapfelkerne, Kresse, cremige Soja-Sauce

V Alle Hähnchenbowls sind mit unserer
Fleischalternative Vegan ❤️



V vegan

G vegetarisch

G glutenfrei

SALAT

SALATE.

GRÜNZEUG-DELUXE 14,95

Lachs (geräuchert), Avocado, Brokkoli, Gurke, Leinsamen, Kresse, Edamame, Rucola-Holunder-Dressing, Brot

POWER-SCHÜSSEL **50 G PROTEIN** 13,45

gegrilltes Hähnchen, Schafskäse, Ei, Edamame, Paprika, Erdnüsse, Kresse, Honig-Senf-Dressing, Brot

CAESAR 12,95

gegrilltes Hähnchen, Grana-Padano, Croûtons, Tomaten, Ei, Basilikum, Caesar-Dressing, Brot

NR.4 12,75

gegrillte Süßkartoffeln, Schafskäse, Rotkohl, Gurke, Walnüsse, Kresse, Honig-Senf-Dressing, Brot

FALAFELGLÜCK 12,75

gegrillte Falafel, Rote Bete-Hummus, Karotte, Gurke, Granatapfelkerne, Minze, Joghurt-Dressing, Brot

ITALIA 11,95

Grillgemüse, Mozzarella, Oliven, Tomaten, Croûtons, Basilikum, Balsamico-Dressing, Brot

FARBENTANZ 9,90

Gurke, Karotte, Paprika, Mais, Kresse, Balsamico-Dressing, Brot

Alle Hähnchengerichte wahlweise mit
veganer Fleischalternative. 

KIDS

KIDS.

KNUFFEL-KNUSPER 6,95

gegrilltes Hähnchen, Jasminreis, Gurke,
Karotte, Croûtons, Joghurt-Dressing

GEMÜSEBANDE 5,95

Jasminreis, Honig-Senf-Dressing,
Gurke, Paprika, Mais

KIDS-MENÜ

+ MINI-VITAMINSCHUB 2,95

Karotte, Apfel, Orange



CATERING.

Für Meetings, Feiern & Events.
Wir liefern Catering, das Eindruck macht:
hello@bowlid.de

UNSERE ZUTATEN - DEINE KREATION.

START + DRESSING/SAUCE | 5,95

Salat mit Brot oder Jasminreis oder
Vollkornreis/Dreifarbiger Quinoa

+

VEGAN

Balsamico-Dressing | Ponzu-Dressing | Spicy-Salsa |
Erdnusssauce | Sesam-Dressing | Teriyaki-Sauce |
Rucola-Holunder-Dressing | Cremige Sojasoße

VEGGIE

Honig-Senf-Dressing (laktosefrei) |
Joghurt-Dressing | Caesar-Dressing

KATEGORIE 1 | 0,95

Karotte | Gurke | Mais | Oliven | Tomaten | Paprika |
Edamame | Mango | Rotkohl | Wasabi | Ei |
Granatapfelkerne | Röstzwiebeln | Croûtons |
Leinsamen | Walnüsse | Nacho-Crunch | Erdnüsse

KATEGORIE 2 | 1,95

Rote Bete-Hummus | Mozzarella |
Avocado | gegrillte Süßkartoffeln |
gegrilltes Gemüse | Schafskäse |
gegrillter Brokkoli | Grana Padano

KATEGORIE 3 | 2,95

Falafel | gegrilltes Hähnchen | gegrillte
vegane Fleischalternative (Planted Kebab)

KATEGORIE 4 | 3,45

Räucherlachs

KATEGORIE 5 | 0,50

Minze | Basilikum | Koriander |
Kresse | Sesam

BOWLD

Kaiserstraße 223 a | 76133 Karlsruhe

☎ 0721 1518742 | @bowld.de | www.bowld.de

Mo - Sa 10 - 20 Uhr

SAFTIGE FRISCHE.

DIREKT FÜR DICH GEPRESST

WILDE-WURZEL 0,3l 4,95
Rote Bete, Apfel, Orange

GRÜNE ENERGIE 0,3l 4,95
Apfel, Spinat, Gurke, Ingwer

VITAMINSCHUB **TIPP** 0,3l 4,95
Karotte, Apfel, Orange

SMOOTHIES.

REICH & SCHÖN 0,3l 7,95
Mango, Ananas, Orange, Spirulina, Kollagen

SONNENFÄNGER 0,3l 4,95
Mango, Banane, Datteln, Milch, Ahornsirup

GRÜNES-RITUAL 0,3l 4,95
Spinat, Gurke, Banane, Mango, Orange

BEERENKUSS **TIPP** 0,3l 4,95
Erdbeere, Ananas, Orange

INGWERSHOTS.

ROTER-RÜBEN-RAUSCH 2,50
Ingwer, Rote Bete, Apfel

WACHMACHER 2,50
Ingwer, Orange, Cayenne-Pfeffer

+ EXTRA INGWER 0,50

KAFFEE & CO.

KAFFEE	2,90
ESPRESSO	2,25
ESPRESSO DOPPIO	3,20
ESPRESSO MACCHIATO	2,75
LATTE MACCHIATO	3,45
CAPPUCCINO	3,30
HASELNUSS CAPPUCCINO	4,25
MILCHKAFFEE	3,40
FLAT-WHITE	3,40
HEISSE SCHOKOLADE	3,40
MATCHA-LATTE	3,95
VANILLA MATCHA-LATTE	4,45
ICED MATCHA-LATTE	5,45
ICED VANILLA MATCHA-LATTE	5,95
FRISCHER MINZTEE mit Honig	3,85
FRISCHER INGWER-TEE mit Honig	3,85

Wahlweise mit Hafermilch. Ohne Aufpreis. ♥
Alle Kaffeespezialitäten gibt's bei uns auch ohne Koffein.



Take it easy - nimm's mit!

Alle Speisen & Getränke bekommst du auch To-Go.
Auf Wunsch verpacken wir es auch
in eine Mehrwegbox gegen einen kleinen Pfand. ♥