

## 10ER NR. 1

FLEISCH  
KLEINES ROSA GEBRATENES  
ANGUSHÜFTSTEAK. GEMÜSE.  
RISOLEEKARTOFFELN.  
CHUTNEY.

## 10ER NR. 2

FISCH  
GEBACKENES ROTHBARSCH-  
FILET. REMOULADE.  
RISOLEEKARTOFFELN.  
GEMÜSE

## 10ER NR. 3

CURRYBOWL  
KICHERERBSENCURRY.  
BULGUR. GEMÜSE.  
HALLOUMIKÄSE.

## 3/10ER SCHÜSSELN | 30.05.2023 – 02.06.2023

WIR BIETEN JEDE WOCH WECHSELND **3** VERSCHIEDENE MITTAGSSPEISEN FÜR **10€** AN.

UNSERE **3/10ER** GIBT ES AUCH TO GO:

**EINWEG**.....+ 1.00€



**BOMO / MEHRWEG** ..... EINMALIG 10.00€  
MEHRWEGBOX / LANDKREISBOX / TAUSCHBOX  
[LANDKREISBOX.DE]

## 10ER NR. 1

FLEISCH  
SAUERBRATEN. KARTOFFEL-  
KNÖDEL. BLAUKRAUT.

## 10ER NR. 2

SPÄTZLEBOWL  
ALLGÄUER KÄSESPÄTZLE.  
RÖSTZWIEBELN. SALATNEST.

## 10ER NR. 3

SALATBOWL  
BUNTE SALATBOWL.  
MARINIERTE LINSEN.  
MOZZARELLA.

## 3/10ER SCHÜSSELN | 06.06.2023 – 09.06.2023

WIR BIETEN JEDE WOCH WECHSELND **3** VERSCHIEDENE MITTAGSSPEISEN FÜR **10€** AN.

UNSERE **3/10ER** GIBT ES AUCH TO GO:

**EINWEG**.....+ 1.00€



**BOMO / MEHRWEG** ..... EINMALIG 10.00€  
MEHRWEGBOX / LANDKREISBOX / TAUSCHBOX  
[LANDKREISBOX.DE]

## 10ER NR. 1

PASTABOWL  
PASTA. RATATOUILLE.  
TOMATENSUGO.  
HÄHNCHEN PANIERT.

## 10ER NR. 2

FISCH  
FORELLE GEBRATEN.  
TOMATISIERTES SCHOTTEN-  
GEMÜSE. PASTA.

## 10ER NR. 3

QUIONABOWL  
HAUSGEMACHTE QUIONA-  
PFLANZERL. PARMESAN.  
RAHMIGES GEMÜSERAGOUT.

## 3/10ER SCHÜSSELN | 13.06.2023 - 16.06.2023

WIR BIETEN JEDE WOCH WECHSELND **3** VERSCHIEDENE MITTAGSSPEISEN FÜR **10€** AN.

UNSERE **3/10ER** GIBT ES AUCH TO GO:

**EINWEG**.....+ 1.00€



**BOMO / MEHRWEG** ..... EINMALIG 10.00€  
MEHRWEGBOX / LANDKREISBOX / TAUSCHBOX  
[LANDKREISBOX.DE]

## 10ER NR. 1

JUNGSCHWEIN  
JUNGSCHWEINRÜCKEN.  
COUSCOUS. CHUTNEY.  
GEMÜSE.

## 10ER NR. 2

FISCH  
FILET VOM KABELJAU IM  
TEMPURATEIG. COUSCOUS.  
CHUTNEY. GEMÜSE.

## 10ER NR. 3

SALATBOWL  
AVOCADO. MEHRKORNBROT.  
FRUCHTDRESSING.

## 3/10ER SCHÜSSELN | 20.06.2023 - 23.06.2023

WIR BIETEN JEDE WOCH WECHSELND **3** VERSCHIEDENE MITTAGSSPEISEN FÜR **10€** AN.

UNSERE **3/10ER** GIBT ES AUCH TO GO:

**EINWEG**.....+ 1.00€



**BOMO / MEHRWEG** ..... EINMALIG 10.00€  
MEHRWEGBOX / LANDKREISBOX / TAUSCHBOX  
[LANDKREISBOX.DE]

## 10ER NR. 1

ROULADENBOWL  
GESCHMORTE RINDER-  
ROULADE. RÖSTZWIEBEL-  
PÜREE. GEMÜSE.

## 10ER NR. 2

BURGER  
SCHNITZELBURGER. POMMES.  
PREISELBEERMARMELADE.

## 10ER NR. 3

GEMÜSEBOWL  
BLUMENKOHL-KÄSEP-  
FLANZERL. PIKANTES  
PAPRIKA LETCHO. PARMESAN.

## 3/10ER SCHÜSSELN | 27.06.2023 - 30.06.2023

WIR BIETEN JEDE WOCH WECHSELND **3** VERSCHIEDENE MITTAGSSPEISEN FÜR **10€** AN.

UNSERE **3/10ER** GIBT ES AUCH TO GO:

**EINWEG**.....+ 1.00€



**BOMO / MEHRWEG** ..... EINMALIG 10.00€  
MEHRWEGBOX / LANDKREISBOX / TAUSCHBOX  
[LANDKREISBOX.DE]

## WAS IST EINE BOWL?

DIE BOWL KOMBINIERT VERSCHIEDENE SUPERFOODS, PROTEINE, VOLLWERTIGE KOHLEHYDRATE, GESUNDE FETTE, VITAMINE UND MINERALSTOFFE MITEINANDER. OB WARM ODER KALT, GEDÄMPFT ODER GEBRATEN, KÖRNIG ODER KNACKIG, SÜSS ODER HERZHAFT - BEI DER KREATION SIND KEINE GRENZEN GESETZT. ANDERS ALS BEIM SALAT WERDEN DIESE KOMPONENTEN NICHT MITEINANDER VERMENGTE, SONDERN DIE EINZELNEN LEBENSMITTELGRUPPEN ÄSTHETISCH IN DER SCHALE ANGERICHTET. SO WERDEN IN DER SCHÜSSEL GANZ VIELE UNTERSCHIEDLICHE GESCHMÄCKER UND AROMEN MITEINANDER VEREINT. NEBEN HERZHAFTEN VARIANTEN GIBT ES AUCH SMOOTHIE-BOWLS, DIE DICKFLÜSSIGEREN SMOOTHIES ZUM LÖFFELN.

### **BESTELLUNG**

MIN. 24H VORHER:  
BESTELLUNG@CAFE-FLOH.DE  
[BESTELLBESTÄTIGUNG ABWARTEN!]

MIN. 1H VORHER:  
0251 50765710

**CAFE  
FLOH**