



OUR MISSION

Mit WILD BOWLS möchten wir unsere Liebe und Leidenschaft für vollwertiges, gesundes, natürliches und leckeres Essen, einen «Healthy Lifestyle» und eine gute Prise «Good Vibes» mit euch teilen und dadurch mehr gesunde, energiegeliche und strahlende Menschen erleben. Unsere Gerichte sind mit den besten Nährstoffen vollgepackt und haben einen positiven Einfluss auf dein Wohlbefinden und deine Gesundheit. Wir verwenden dafür pflanzliche, natürliche, unraffinierte, biologische und möglichst viele regionale und saisonale Zutaten, welche keine Zusatzstoffe enthalten.

**We care about our planet,
we care about your health
and possibly most of all,
we care about serving you
the best damn bowls in the world!**

WELCOME TO WILD BOWLS 🙌

please order inside at the bar



Açaí Bowls

nutrient-rich, sugar-free, plant-based, organic

Original Bowl

Small 11CHF | Regular 14CHF | Large 17CHF

Base: Açaí Beere, Banane
Toppings: Granola, Hanfsamen
Banane, Blaubeeren

Berry Nice Bowl

Small 12CHF | Regular 15CHF | Large 18CHF

Base: Açaí Beere, Banane
Toppings: Granola, Kokos-
flocken, Gojibeeren,
Erdbeeren, Blaubeeren

Go Nuts Bowl

Small 12CHF | Regular 15CHF | Large 18CHF

Base: Açaí Beere, Banane
Toppings: Granola, Erdnuss-
butter, Kakaostücke,
Banane, Kiwi



Warm Porridge Bowls new

our warm winter special bowls - oats are a nutritional powerhouse

Original

Regular 9CHF

Base: Steel Cut Oats, Quinoa,
Sprouds, Agave
Toppings: Apfel, Zimt,
Mandelbutter

Pumpkin Pie

Regular 9CHF

Base: Steel Cut Oats, Quinoa,
Kürbispüree, Sprouds, Agave,
Toppings: Banane, Kürbiskerne,
Erdnussbutter

Hot Chocolate

Regular 9CHF

Base: Steel Cut Oats, Quinoa,
Sprouds, Kakao, Zimt, Mesquite,
Reishi, Chaga, Cayenne, Agave
Toppings: Banane, Kakaostücke,
Goji-Beeren

SUPERFOOD BOOSTER ADD-ONS

Kakaostücke, Hanfsamen, Leinsamen, Chiasamen, Gojibeeren,
Kokosflocken, Erdnüssli, Soja-Protein-Crispies, Blütenpollen +1.00CHF
Veganes Proteinpulver, Extra Frucht, Mandelmus,
Cashewmus, Erdnussbutter, gekeimte Buchweizen, +1.50CHF
Extra Granola +2.00CHF

Lunch Bowls

fresh, clean, nutritious

Mexican Bowl

Regular 23^{CHF} | Small 18^{CHF}

Warmer Reis/Quinoa-Mix, Veganes Planted.Pulled Chicken, Edamame-Guacamole, Schwarze Bohnen, Pico De Gallo (Mais-Salsa), Salat, Limette, Koriander, Chipotle-Lime-Dressing (ölfrei)

Poké Bowl 2.0

new

Regular 23^{CHF} | Small 18^{CHF}

Warmer Reis/Quinoa-Mix, Räuchertofu mariniert, Mango, Avocado, Edamame, Karotten, Japanese Coleslaw, Gurke, Ferderkohl, Pickled Red Onions, Erdnüssli, Sesam, Sprossen Tahini-Dressing (ölfrei) oder Ponzu-Peanut-Dressing (ölfrei)

Toasts & Wraps

Avo Love Toast

14^{CHF}

Powerbrot, Avocado, Pink-Cashew-Kräuter-Aufstrich, Limette, Sprossen, Chiliflocken, Hanfsamen

It's a Wrap

15^{CHF}

Weizen-Tortilla, Veganes Planted.Pulled Chicken, Reis/Quinoa-Mix, Paprika-Aufstrich, Spinat, Rüeбли, Mais, Avocado, Limette, Tahini, Sour Cream (vegan), Hanfsamen,

new Wähle deine Dip-Sauce:

Chipotle-Dressing / Tahini-Dressing / Ponzu-Peanut-Dressing



GOOD VIBES YOU CAN TASTE 🙌



Superfood Smoothies

packed with antioxidants, proteins, vitamins and minerals

Beast Mode

4dl 11^{CHF}

Kokos, Banane, Maca,
Noshballs Protein (v), Kakao,
Erdnussbutter, Erbsenprotein
(enthält 26g plant protein!)

Green Warrior

4dl 9^{CHF}

Spinat, Weizengras,
Ananas, Mango,
Ingwer, Apfel

Berry Wild

4dl 10^{CHF}

Wilde Blaubeeren, Wilde Açaí
Beeren, Banane, Ananas,
Leinsamen, Erbsenprotein

Blue Magic

4dl 9^{CHF}

Ananas, Banane,
Blue Majik Spirulina, Orange,
Haferflocken, Gojibeeren,
Ashwagandha

Fresh Juices

let's get juicy

Tropical Immunity

4dl 9^{CHF}

Ananas, Orange, Apfel,
Kurkuma, Ingwer

Iron Born

4dl 9^{CHF}

Spinat, Kiwi,
Ingwer, Apfel

Vitamin Booster

4dl 9^{CHF}

Karotten, Orangen,
Ingwer, Kurkuma

Immunity Shot

8cl 4^{CHF}

Ingwer, Kurkuma,
Zitrone, Apfel

A LITTLE TASTE OF PARADISE



Alle Preise sind inkl. gesetzlicher Mwst. und in CHF

Organic Coffee

Espresso - 4.00_{CHF}

Doppio / Americano (Iced/hot) - 5.00_{CHF}

Cappuccino - 5.50_{CHF}

Latte Macchiato (Iced/hot) - 6.00_{CHF}

Bulletproof Coffee

Coconut Bulletproof (Iced/hot)

Kaffee, Kokosöl, MCT, Rübensirup - 6.00_{CHF}

Almond Bulletproof (Iced/hot)

Kaffee, Mandelbutter, Kokosöl, MCT, Rübensirup - 6.50_{CHF}

Hot Superfood Lattes & Tea

Pumpkin Spice Latte

new

Kürbispüree, Kürbis-Gewürz, Espresso, Sprouds, Agave - 6.50_{CHF}

Hot Super Chocolate

new

Kakaopulver, Zimt, Mesquite, Reishi, Chaga,
Cayenne, Sprouds, Rübensirup - 6.50_{CHF}

Golden Latte

new

Golden Latte Gewürzmischung, Kokosöl, Sprouds, Agave - 6.50_{CHF}

Chai Latte

new

Chai Gewürzmischung, Sprouds, Rübensirup - 6.50_{CHF}

Dirty - Espresso Shot + 1.00_{CHF}

Matcha Latte

Matcha/Spirulina, Hafermilch, Agave - 6.50_{CHF}

Restore - Grüntee mit Kurkuma - 5.50_{CHF}

Defence - Tee mit Baobab, Zitrone und Ingwer - 5.50_{CHF}

Radiance - Hibiskus, Hagebutte und Aloe Vera - 5.50_{CHF}

DON'T PANIC IT'S ORGANIC

Wir verwenden für unsere Gerichte natürliche, biologische, unverarbeitete, sowie möglichst viele regionale und saisonale Zutaten, welche weder raffinierten Zucker noch andere künstliche Zusatzstoffe enthalten.