



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 & Smoothie Bowls

organic, refined sugar free, no additives, nutrient-dense

Original Bowl

Small 11CHF | Regular 14CHF | Large 17CHF

Base: Açaí Püree, Banane

Toppings: Granola, Hanfsamen, Banane, Blaubeeren



Berry Nice Bowl

Small 12CHF | Regular 15CHF | Large 18CHF

Base: Açaí Püree, Banane

Toppings: Granola, Kokos, Goji-beeren, Erdbeeren, Blaubeeren



Go Nuts Bowl

Small 12CHF | Regular 15CHF | Large 18CHF

Base: Açaí Püree, Banane

Toppings: Granola, Kakaostücke Erdnussbutter, Banane, Kiwi



Snickers Protein Bowl

Small 12CHF | Regular 15CHF | Large 18CHF

Base: Kokos Püree, Banane, Cashew, Mesquite, Kakao, Protein, Dattel, Erdnüsse

Toppings: Granola, Protein-Crispies, Erdnussbutter, Cacao-Sauce, Banane, Erdbeeren



Layered Açaí & Snickers Bowl

Regular 15CHF | Large 18CHF

Base: Açaí & Snickers Base

Toppings: Granola, Protein-Crispies, Erdnussbutter, Cacao-Sauce, Banane, Erdbeere

Lunch Bowls

freshly made daily, clean, nutritious & tasty A.F.

Mexican Bowl

Regular 23CHF | Small 18CHF

Vollkorn Reis/Quinoa-Mix, Planted, Guacamole, schwarze Bohnen, Salsa, Eisbergsalat, Koriander, Nachos, Chipotle-Lime-Dressing



Poké Bowl

Regular 23CHF | Small 18CHF

Vollkorn Reis/Quinoa-Mix, Mango, Avocado, Gurke, Edamame, Japanese Coleslaw, Kale, Tofu geepickelte Zwiebeln, Erdnüsse, Rüebli, Sesam, Sprossen, Ponzu-Peanut-Dressing
ersetze Tofu mit Planted +1CHF

Toast & Wrap

Smashed Avo Toast

14CHF

Powerbrot, Avocado, Limette, Hanfsamen, Sprossen, Chili, Extra Virgin Olivenöl, Meersalz
add Planted +4.50CHF



It's a Wrap

15CHF

Tortilla, Planted, Reis/Quinoa, Paprika, Spinat, Rüebli, Mais, Avocado, Limette, Tahini, Sour Cream (v), Hanfsamen
Wähle deine Dip-Sauce: Chipotle / Ponzu-Peanut

Superfood Smoothies

packed with antioxidants, proteins, vitamins and minerals

Beast Mode (26g Protein)

4dl 11CHF

Kokos, Banane, Maca, Protein (v),
Kakaonibs, Erdnussbutter



Berry Wild

4dl 10CHF

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

Tropical Cloud

4dl 11CHF

Avocado, Banane, Ananas,
Kokos, Mandelbutter,
Vanilla Collagen Protein (vegan),
Blue Spirulina, Passionsfrucht



new



Green Glow

4dl 9CHF

Ananas, Mango, Spinat/Kale, Chia,
Minze, Kokoswasser, Weizengras

Add extra protein to your smoothie +1.50CHF
Homemade Snickers / Nature / Choc&Peanut / Vanilla

Fresh Juices

Tropical Immunity

4dl 9CHF

Ananas, Orange, Apfel,
Kurkuma, Ingwer



Vitamin Booster

4dl 9CHF

Rüebli, Orangen,
Ingwer, Kurkuma

Green Detox

4dl 9CHF

Spinat, Gurke,
Ingwer, Apfel



Porridge Bowls

our warm breakfast bowls - oats are a nutritional powerhouse

Original Porridge

9CHF

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

Super Cacao Porridge

9CHF

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

Superfood Lattes & Tea

Matcha Latte (iced/hot)

Matcha, Spirulina, Hafermilch, Agave - 6.50CHF

Chai Latte (iced/hot)

Chai Gewürzmischung, Erbsenmilch, Rübensirup - 6.50CHF
Dirty - mit Espresso Shot + 1.00CHF

Hot Super Chocolate

Kakao, Zimt, Mesquite, Reishi, Chaga, Cayenne, Sprouds - 6.50CHF

Pumpkin Spiced Latte

Kürbispüree, Kürbis-Gewürz, Espresso, Sprouds, Agave - 6.50CHF

Golden Latte

Golden Latte Gewürzmischung, Kokosöl, Sprouds, Agave - 6.50CHF

Bulletproof (iced/hot)

Kaffee, Mandelbutter, Kokosöl, MCT, Ashwaganda, Rübensirup- 6.50CHF

Hot Tea

Auf Anfrage an der Bar