beets & roots | Catering Service

Bowls

Double Protein Chicken Bowl 15,95

Vegan | Laktosefrei

Vegan? Wähle planted.chicken

doppelte Menge geröstetes Hähnchen, Ei, Quinoa, Edamame-Erbsen-Mix, Süßkartoffeln, Brokkoli, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Chia Dressing

Burrito Chicken Bowl 15,45

Vegan | Laktosefrei

Vegan? Wähle planted.chicken

planted.chicken (Erbsenprotein), Chipotle Bohnen, Süßkartoffeln, Rotkohl, Gurken, Salatmix, Nachos, Koriander, Basilikum Cashew Dressing

Japanese Salmon Bowl 15,45

Laktosefrei

gezupfter Lachs, Reis, Avocado, Edamame-Erbsen-Mix, Gurken, Granatapfelkerne, Koriander, Spicy Mayo

Avocado Chicken Bowl 14,45

Laktosefrei | Glutenfrei

Vegan? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, Avocado, Belugalinsen, geröstete Kichererbsen, Süßkartoffeln, Babyspinat, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Koriander, Yuzu Zitronen Dressing (vegan)

Avocado Bowl 11,95

Vegan | Laktosefrei | Glutenfrei

Avocado, Belugalinsen, geröstete Kichererbsen, Süßkartoffeln, Babyspinat, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Koriander, Yuzu Zitronen Dressing (vegan)

Protein Bowl 11,65

Laktosefrei | Glutenfrei

Ei, Quinoa, Edamame-Erbsen-Mix, Süßkartoffeln, Brokkoli, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Chia Dressing

Protein Chicken Bowl 14,15

Laktosefrei | Glutenfrei

Veggie? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, Ei, Quinoa, Edamame-Erbsen-Mix, Süßkartoffeln, Brokkoli, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Chia Dressing

Crunchy Thai Chicken Bowl 13,45

Laktosefrei

Vegan? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, Rotkohl, Karotten, Gurken, Reis, Koriander, Erdnüsse, Thai Dressing

New Oriental Bowl 10,95

Vegan | Laktosefrei

Falafel, Curry-Blumenkohl, Rotkohl, Kichererbsen, Babyspinat, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Rote Bete Hummus, Tahini Dressing

Levante Chicken Bowl 13,95

Laktosefrei

Vegan? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, warmer Cous-Cous, geröstete Aubergine, geröstete Paprika, Babyspinat, Granatapfelkerne, Minze, Tahini Dressing

Basil Salmon Bowl 15,85

Glutenfrei | Laktosefrei

gezupfter Lachs, Quinoa, Edamame-Erbsen-Mix, halbgetrocknete Tomaten, eingelegte rote Zwiebeln, Basilikum, Basilikum Cashew Dressing

Chicken BBQ Bowl 14,95

Glutenfrei | Laktosefrei

Vegan? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, Quinoa, Süßkartoffeln, Brokkoli, halbgetrocknete Tomaten, eingelegte rote Zwiebeln, Korean BBQ Dressing

Teriyaki Chicken Bowl 14,95

Laktosefrei

Vegan? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, Reis, Edamame-Erbsen-Mix, Brokkoli, Süßkartoffeln, Radieschen, Koriander, Cinnamon-Glaze

Feta & Avocado Bowl 14,95

Glutenfrei

Avocado, Feta, Quinoa, Süßkartoffeln, Belugalinsen, halbgetrocknete Tomaten, Babyspinat, Basilikum, Basilikum Cashew Dressing

Salads

Avocado & Feta Salad 11,95

Glutenfrei

Avocado, Feta, halbgetrocknete Tomaten, Gurken, Salatmix, Sesam, Basilikum Cashew Dressing

Caesar Chicken Salad 11,95

Veggie? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, halbgetrocknete Tomaten, Radieschen, Salatmix, Parmesan Chips, Caesar Dressing (vegan)

Oriental Salad 9,95

Vegan | Laktosefrei

warmer Cous-Cous, geröstete Miso-Eggplant, Curry-Blumenkohl, geröstete Kichererbsen, Rotkohl, Granatapfelkerne, Minze, Tahini Dressing (vegan)

Mini Bowls

Mini New Oriental Bowl 6,90

Vegan | Laktosefrei

Falafel, Curry-Blumenkohl, Rotkohl, Kichererbsen, Babyspinat, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Rote Bete Hummus, Tahini Dressing

Mini Protein Chicken Bowl 7,90

Veggie? Wähle planted.chicken

Laktosefrei | Glutenfrei

planted.chicken (Erbsenprotein), Ei, Quinoa, Edamame-Erbsen-Mix, Süßkartoffeln, Brokkoli, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Chia Dressing

Mini Protein Bowl 6,90

Laktosefrei | Glutenfrei

Ei, Quinoa, Edamame-Erbsen-Mix, Süßkartoffeln, Brokkoli, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Chia Dressing

Mini Crunchy Thai Chicken Bowl 7,90

Vegan? Wähle planted.chicken

Laktosefrei

geröstetes Hähnchen, Rotkohl, Karotten, Gurken, Reis, Koriander, Erdnüsse, Thai Dressing

Mini Avocado Bowl 6,90

Vegan | Laktosefrei | Glutenfrei

Avocado, Belugalinsen, Kichererbsen, Süßkartoffeln, Babyspinat, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Koriander, Yuzu Zitronen Dressing

Mini Japanese Salmon Bowl 7,90

Laktosefrei

gezupfter Lachs, Reis, Avocado, Edamame-Erbsen-Mix, Gurken, Granatapfelkerne, Koriander, Spicy Mayo

Mini Salads

Mini Avocado & Feta Salad 7,90

Glutenfrei

Avocado, Feta, halbgetrocknete Tomaten, Gurken, Salatmix, Sesam Mix mit Tomatenflocken, Basilikum Cashew Dressing

Mini Caesar Chicken Salad 7,90

Veggie? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, halbgetrocknete Tomaten, Radieschen, Salatmix, Parmesan Chips, Caesar Dressing (vegan)

beets & roots | Catering Service

Sharing Bowls

Sharing New Oriental Bowl 79,90

Vegan | Laktosefrei **4-7 Personen**

Falafel, Curry-Blumenkohl, Rotkohl, Kichererbsen, Babyspinat, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Rote Bete Hummus, Tahini Dressing

Sharing Avocado Bowl 84,90

Vegan | Laktosefrei | Glutenfrei **4-7 Personen**

Avocado, Belugalinsen, Kichererbsen, Süßkartoffeln, Babyspinat, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Koriander, Yuzu Zitronen Dressing

Sharing Protein Bowl 79,90

Laktosefrei | Glutenfrei **4-7 Personen**

Ei, Quinoa, Edamame-Erbsen-Mix, Süßkartoffeln, Brokkoli, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Chia Dressing

Sharing Protein Chicken Bowl 84,90

Laktosefrei | Glutenfrei **4-7 Personen**

geröstetes Hähnchen, Ei, Quinoa, Edamame-Erbsen-Mix, Süßkartoffeln, Brokkoli, Mandel Crunch, Granatapfelkerne, Chia Dressing

Sharing Crunchy Thai Chicken Bowl 84,90

Vegan? Wähle planted.chicken

Laktosefrei **4-7 Personen**

geröstetes Hähnchen, Rotkohl, Karotten, Gurken, Reis, Koriander, Erdnüsse, Thai Dressing

Wraps

Salmon Wrap 8,95

Laktosefrei

gezupfter Lachs, Gurken, Salatmix, Wrap, Basilikum Cashew Dressing

Caesar Chicken Wrap 8,95

Laktosefrei

Vegan? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, halbgetrocknete Tomaten, Radieschen, eingelegte rote Zwiebeln, Salatmix, Wrap, Caesar Dressing (vegan)

Sweet Chili Chicken Wrap 8,95

Laktosefrei

Vegan? Wähle planted.chicken

geröstetes Hähnchen, Karotten, Gurken, Rotkohl, Salatmix, Erdnüsse, Wrap, Zitronengras Dressing (vegan)

Mexican Wrap 7,95

Chipotle Bohnen, Cheddar, Rotkohl, Salatmix, Wrap, beets&roots Hot Sauce

Bagels

Grilled Chicken Bagel 5,90

geröstetes Hähnchen, Romanasalat, eingelegte rote Zwiebeln, Red Coleslaw, Bagel, Yellow Mustard

Egg ‘n’ Avocado Bagel 5,90

Ei, Avocado-Pea Mash, eingelegte rote Zwiebeln, Yellow Mustard, Bagel

Smoked Salmon Bagel 5,90

Romanasalat, Lox Salad, Gurken, eingelegte rote Zwiebeln, Bagel, Yellow Mustard

Stullen

Protein Stulle 4,90

Vegan | Laktosefrei

geräucherter Bio-Tofu, Romanasalat, eingelegte Paprika, Gurken, Premium-Dreikornbrot, Ajvar

Hummus & Peppers Stulle 4,90

Vegan | Laktosefrei

Homemade Hummus, eingelegte Paprika, Rote-Beete Créme, Gurken, Romanasalat, Premium-Dreikornbrot

Smoked Salmon Stulle 4,90

Romanasalat, Lox Salad, Gurken, eingelegte rote Zwiebeln, Premium-Dreikornbrot, Yellow Mustard

Sandwiches

Vegan House Club Sandwich 6,90

Vegan | Laktosefrei

geräucherter Bio-Tofu, Romanasalat, eingelegte Paprika, Rote-Beete Créme, eingelegte Gurken, Proteinbrötchen

Chicken Salad Sandwich 6,90

geröstetes Hähnchen, Romanasalat, halbgetrocknete Tomaten, eingelegte rote Zwiebeln, Red Coleslaw, Proteinbrötchen, Yellow Mustard

Avocado & Mozzarella Sandwich 6,90

Proteinbrötchen, Avocado-Pea Mash, Mozzarella, eingelegte Paprika, Romanasalat, Ajvar

Salzige Jars

Avocado Jar 4,90

Vegan | Laktosefrei | Glutenfrei

Avocado, Kichererbsen, Süßkartoffeln, Mandel Crunch, Yuzu Zitronen Dressing

Japanese Salmon Jar 5,45

Laktosefrei

gezupfter Lachs, Edamame-Erbsen-Mix, Gurken, Koriander, Spicy Mayo

Oriental Jar 4,90

Vegan | Laktosefrei

Falafel, Babyspinat, Minze, Rote Bete Hummus, Harissa

Protein Jar 4,90

Vegan | Laktosefrei | Glutenfrei

Bio-Quinoa, Edamame-Erbsen-Mix, Süßkartoffeln, Mandel Crunch, Chia Dressing

Vegan Burrito Jar 4,90

Vegan | Laktosefrei

Reis, Chipotle Bohnen, Avocado, Koriander, Smoky Thymian Dressing

Wrap Platten

Gemischte Wrap Platte 99,90

8-14 Personen

3 Stück Sweet Chili Chicken Wrap, 3 Stück New Mexican Wrap, 4 Stück Crunchy Hummus Protein Wrap

Vegane Wrap Platte 99,90

Vegan | Laktosefrei **8-14 Personen**

5 Stück Crunchy Hummus Protein Wrap, 5 Stück Vegan Sweet Chili Chicken Wrap

beets & roots | Catering Service

Bagel Platten

Gemischte Bagels Platte — 42,90
4-8 Personen

2 Stück Egg 'n' Avocado Bagel, 2 Stück Smoked Salmon Bagel, 2 Stück Grilled Chicken Bagel

Stulle Platten

Vegane Stullen Platte — 54,90
6-12 Personen

Vegan | Laktosefrei

4 Stück Protein Stulle, 4 Stück Hummus & Peppers Stulle

Gemischte Stullen Platte — 54,90
6-12 Personen

4 Stück Smoked Salmon Stulle, 3 Stück Protein Stulle, 3 Stück Hummus & Peppers Stulle

Sandwich Platten

Gemischte Sandwich Platte — 79,90
6-12 Personen

3 Stück Chicken Salad Sanwich, 2 Stück Vegan House Club Sandwich, 3 Stück Avocado & Mozzarella Sandwich

Klassische Sandwich Platte — 79,90
6-12 Personen

4 Stück Chicken Salad Sanwich, 4 Stück Avocado & Mozzarella Sandwich

Jar Platten

Gemischte Jar Platte — 34,90
3-6 Personen

2 Stück Protein Jar, 2 Stück Japanese Salmon Jar, 2 Stück Avocado Jar

Vegane Jar Platte — 34,90
3-6 Personen

Vegan | Laktosefrei

3 Stück Vegan Burrito Jar, 3 Stück Avocado Jar

Quiche Platten

Quiche Platte — 69,90
6-10 Personen

20 Stück Quiche mit Speck

Vegane Quiche Platte — 69,90
6-10 Personen

Vegan | Laktosefrei

20 Stück Vegan Quiche

Suppen

Red Thai Curry Soup — 129,90
10-15 Personen

Vegan | Laktosefrei

rotes Thai Lentil Curry, Erdnüsse, Koriander

Meeting Platten

Easy Bites Platte — 74,90
6-8 Personen

12 Stück Quiche Vegan, 1 Stück Egg 'n' Avocado Bagel, 1 Stück Grilled Chicken Bagel, 1 Stück New Mexican Wrap, 1 Stück Crunchy Hummus Protein Wrap

Standard Meeting Platte — 59,90
6-10 Personen

2 Stück Sweet Chili Chicken Wrap, 1 Stück Crunchy Hummus Protein Wrap, 2 Stück Egg 'n' Avocado Bagel, 2 Stück Smoked Salmon Sandwich

Veggie Meeting Platte — 59,90
6-10 Personen

2 Stück Crunchy Hummus Protein Wrap, 1 Stück Mexican Wrap, 2 Stück Egg 'n' Avocado Bagel, 2 Stück Avocado & Mozzarella Sandwich

Vegane Meeting Platte — 59,90
6-10 Personen

Vegan | Laktosefrei

2 Stück Vegan Sweet Chili Chicken Wrap, 2 Stück Crunchy Hummus Protein Wrap, 2 Stück Vegan House Club Sandwich

Chafing Menus

Oriental Chicken Menu — 209,90
Vegan? Wähle planted.chicken

Laktosefrei | Glutenfrei — **10 Personen**

Hauptgang: geröstetes Hähnchen, Quinoa, halbgetrocknete Tomaten, Curry-Blumenkohl, geröstete Paprika, Mandel Crunch, Tahini Harissa Sauce
Vorspeise: halbgetrocknete Tomaten, Salatmix, Gurken, Kichererbsen, Yuzu Zitronen Dressing

Japanese Salmon Menu — 239,90
Laktosefrei — **10 Personen**

Hauptgang: Gezupfter Lachs, Reis, Edamame-Erbsen Mix
Vorspeise: Salatmix, Gurke, Avocado, Yuzu Zitronen Dressing, Erdnüsse

Sweetpotato & Chicken Menu — 209,90
Alternativ mit planted.chicken

Glutenfrei — **10 Personen**

Hauptgang: geröstetes Hähnchen, Süßkartoffeln, Chipotle Bohnen, geröstete Paprika, Rotkohl, Feta, Limetten Koriander Sauce
Vorspeise: halbgetrocknete Tomaten, Salatmix, Gurken, Kichererbsen, Yuzu Zitronen Dressing

Sweet Chili Chicken Menu — 209,90
Vegan? Wähle planted.chicken

Laktosefrei | Glutenfrei — **10 Personen**

Hauptgang: geröstetes Hähnchen, Reis, Brokkoli, geröstete Paprika, Sweet Chili Sauce
Vorspeise: halbgetrocknete Tomaten, Salatmix, Gurken, Kichererbsen, Yuzu Zitronen Dressing

Teriyaki Chicken Menu — 209,90
Vegan? Wähle planted.chicken

Laktosefrei — **10 Personen**

Hauptgang: geröstetes Hähnchen, Reis, Edamame-Erbsen-Mix, Brokkoli, Sesam Mix mit Tomatenflocken, Teriyaki Sauce
Vorspeise: halbgetrocknete Tomaten, Salatmix, Gurken, Kichererbsen, Yuzu Zitronen Dressing

Thai Rice Menu — 229,90
Vegan? Wähle planted.chicken

Laktosefrei — **10-12 Personen**

Hauptgang: geröstetes Hähnchen, Red Thai Lentil Curry, Reis
Vorspeise: Salatmix, Edamame, Granatapfel, Thai-Dressing

beets & roots | Catering Service

Sides

Nordic Salmon Side — 3,50
Laktosefrei | Glutenfrei

gezupfter Lachs, Edamame-Erbsen-Mix, Ei, Chia Dressing

Oriental Side — 3,50
Vegan | Laktosefrei

warmer Cous-Cous, Curry-Blumenkohl, geröstete Kichererbsen, Rotkohl, Granatapfelkerne, Minze, Tahini Dressing (vegan)

Avocado Bean Side — 3,50
Vegan | Laktosefrei | Glutenfrei

Chipotle Bohnen, Avocado, geröstete Paprika, Limetten Koriander Dressing

Spicy Sweet Potatoes — 3,90
Vegan | Laktosefrei

Grilled Pita Bread — 2,50
Vegan | Laktosefrei

Grilled Focaccia — 2,50
Vegan | Laktosefrei

Pastries

Vegan Banana Bread — 3,90
Vegan | Laktosefrei

klassisches, veganes Bananenbrot aus reifen Bananen

Vegan Chocolate Brownie — 3,50
Vegan | Laktosefrei

saftiger, veganer Schoko-Brownie

Chocolate Chip Cookie — 2,90

Cookie mit Milchschokoladenstückchen

Triple Chocolate Cookie — 2,90

Cookie mit Schokoladenstückchen aus dunkler, weißer und Milchschokolade

Croissant — 2,90

Frisch aufgebackenes Buttercroissant

Gourmet Carrot Cake — 3,50

Saftiger Carrot Cake mit Cream Cheese Frosting und Walnüssen

Oats & Joghurt

Oriental Overnight Oats — 4,90
Vegan | Laktosefrei

Overnight Oats, Datteln, Cashewkerne, Granatapfelkerne

Mango-Coconut Chia Pudding — 4,90
Vegan | Laktosefrei | Glutenfrei

Kokonuss Chia Pudding, Mango-Püree

Blueberry Coconut Milkrice — 4,90
Vegan | Laktosefrei

Kokosnuss Milchreis, Blaubeer-Puree

Matcha Protein Yogurt — 4,90

Matcha Skyr, Matcha-Schoko Crumble

Obst

Obstkorb — 19,90
Vegan | Laktosefrei | Glutenfrei — **15 Personen**

5x Banane, 5x Apfel, 5x Birne

Süße Platten

Cookies Dessert Platte — 49,90
7-14 Personen

7 Stück Triple Chocolate Cookie, 7 Stück Chocolate Chip Cookie

Gemischte Pastry Platte — 49,90
7-13 Personen

3 Stück Vegan Banana Bread, 3 Stück Gourmet Carrot Cake, 3 Stück Vegan Chocolate Brownie, 4 Stück Cookie

Carrot Cake Dessert Platte — 49,90
6-12 Personen

12 Stück Gourmet Carrot Cake

Banana Bread Dessert Platte — 56,90
Vegan | Laktosefrei — **7-14 Personen**

14 Stück Vegan Banana Bread

Brownie Dessert Platte — 59,90
Vegan | Laktosefrei — **7-15 Personen**

15 Stück Vegan Chocolate Brownie

Croissant Frühstücksplatte — 27,90
3-6 Personen

8 frisch aufgebackenen Croissants

Getränke

Frisch gepresster Orangensaft	4,50
Viva Con Agua Laut 0,33L	2,50
Viva Con Agua Leise 0,33L	2,50
Richard's Sun Pomegranate 0,33L	3,20
Richard's Sun Peach Iced Tea 0,33L	3,20
Richard's Sun Lemon Iced Tea 0,33L	3,20
Proviant Bio Zitronenlimonade 0,33L	2,90
Proviant Bio Rhabarberlimonade 0,33L	2,90
Proviant Bio Apfelschorle 0,33L	2,90
Proviant Cola zuckerfrei 0,33L	2,90
Proviant Cola 0,33L	2,90
Vitamin Well Reload 0,5L	3,90
Orangina 0,25L	2,90
Krombacher Pils alkoholfrei 0,33L	3,50
Krombacher Pils 0,33L	3,50

Americano 2,2L — 25,00
Frisch gezogener Americano aus der Pumpkanne

Heißes Wasser mit div. Sorten Tee 2,2L — 20,00
verschiedene Sorten Tee

beets & roots | Catering Service

Besteck

Teelöffel	0,50
Löffel	0,50
Messer	0,50
Gabel	0,50
Einweg Holzlöffel	0,50
Einweg Holzmesser	0,50
Einweg Holzgabel	0,50
Sektglas	0,50
Wasserglas	0,50
Tiefer Teller	0,50
Teller	0,50
Kleiner Teller	0,50
Servietten	5,00

www.beetsandroots.de/catering