

ISS DICH
GLÜCKLICH
plant based eatery

Welcome

Nice To finally meet you!

Du bist gereist und hast fantastisches Essen an wunderschönen Orten genossen?

Du bist gesundheitsbewusst und möchtest frisches, buntes, cleanes, und köstliches Essen auch hier zu Hause in München genießen?

Dann bist du bei uns genau richtig.

Wir von Iss Dich Glückliche möchten dir unsere Küche vorstellen und dich mit leichten, sättigenden Genüssen ohne Reue verwöhnen.

Bei uns können du und deine Liebsten aus vollem Herzen schlemmen, denn wir bereiten unser Essen ganz frisch mit Zeit und viel Liebe zu.

Wir verwenden so viel saisonales und regionales Obst und Gemüse wie nur möglich und verzichten auf jeglichen Industriezucker und Co..

Unsere Gerichte sind ausgewogen und geschmacklich, harmonisch abgestimmt. Sehen aus und schmecken wie Urlaub! Beginne deinen Tag und lass dich verzaubern von Coconut Pancakes, Vanilla Chia pudding oder apfel-zimtigen Overnight Oats.

Versorge deinen Körper mit Power und genieße ab mittags unsere vollwertigen Bowls voller Farben, Vitaminen und Geschmack direkt in unserem Eatery oder auch to-go in umweltfreundlicher Verpackung.

Komm vorbei und fühl dich wie zu Hause. Wir freuen uns darauf dir beachig-urbane Urlaubsvibes verpassen zu können, wann immer dir danach ist.

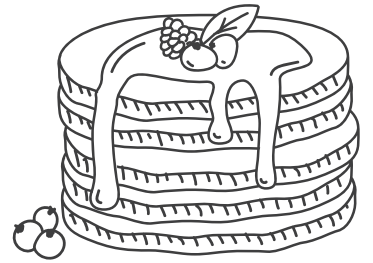
Lass es dir schmecken!

Wir freuen uns über euer Feedback

Facebook: Iss Dich Glückliche - Health Food Eatery

Instagram: issdichglücklich_eatery

BREAKFAST & SNACKS



Açaí Bowl

Açaí | Beeren | Banane | Apfel | Medjool Dattel | Mandelmilch | Cacao

Topping: hausgemachtes Granola^{*1} | frische Früchte | Kokosraspel | Cacao Nibs | essbare Blüten

Green Bowl

Mango | Banane | Spinat | Medjool Dattel | Protein Pulver | Spirulina | Kokosnusswasser

Topping: hausgemachtes Granola^{*1} | frische Früchte | Kokosraspel | Nüsse | essbare Blüten

Coconut-Banana Pancakes

Vollkornpancakes^{*2} | Banane | Kokosjoghurt | Kokossirup | frische Beeren | Kokosraspel | essbare Blüten

Coconut Chia Pudding

Chia Samen | Vanille | Sojajoghurt | Mandelmilch

Topping: Frische Beeren | Kokosraspel | hausgemachtes Granola^{*1} | essbare Blüten

Almond Overnight Oats

Kernige Haferflocken | Apfel | Zimt | Mandelsplitter | Mandelmilch | Ahornsirup

Topping: Kokosraspel | Pekannüsse | Beeren

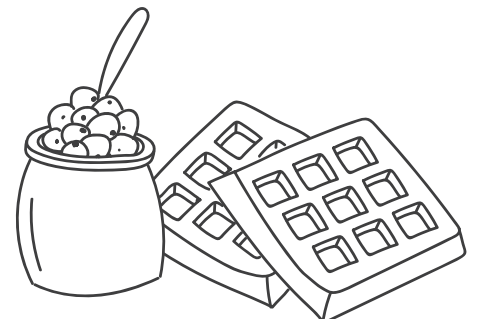
Avocado Bite

Vollkornbrot^{*4} | Avocado | Cherrytomaten | Hummus^{*3} | Chili Scheiben | Sprossen | Nori | Kürbiskerne

Bagels & More

siehe Vitrine

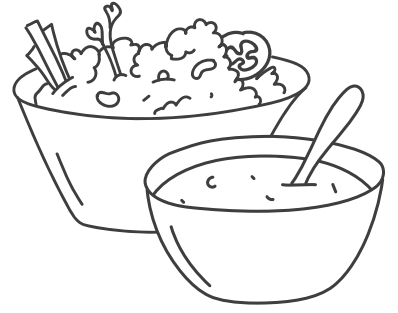
SWEETS



Sweets & Treats

Leckerer aus der Vitrine

ALL DAY FRESHNESS



Bali Bowl

Quinoa Basis | saisonales Blattgrün | schwarze Bohnen | Karotten | Gurke | Edamame | Avocado | Nori-Blätter | Chili Scheiben | Sprossen | schwarzer Sesam

Erdnuss-Koriander Dressing*⁵

Byron Bowl

Wildreis Basis | Babyspinat | Kichererbsen | Linsen | Süßkartoffel | Rote Beete | Fenchel-Birne in Senfdressing | Gurke | karamalisierte Zwiebel | Petersilie | Schwarzer Sesam

Tahin-Zitronen Dressing*⁶

Cali Bowl

Hirse Basis | Salatmix | schwarze Bohnen | Ofengemüse | Rote Beete | Avocado | Chili Scheiben | Hummus*³ | Sprossen | Kürbiskerne

Apfelessig-Kräuter Dressing*⁷

DAILY SPECIAL

Salad Bowl

siehe Vitrine

Saisonale Suppe

siehe Vitrine

COFFEE & TEA



Espresso
Doppio
Café Crème
Cappuccino
Flat White

Feine Tee Variation (siehe Theke)
Frischer Ingwertee
Frischer Minztee

Dark Hot Chocolate
Chai Latte
Golden Mylk (Kurkuma Latte mit Nussmilch)
Matcha Latte

Alternative Milchvarianten: Mandel | Soja | Hafer

JUICEBAR



Smoothies

Green Detox

Mango | Banane | Spinat | Protein Pulver | Spirulina | Kokosmilch

Skinny Red

Rote Beete | Karotte | Ingwer | Apfel | Leinsamen | Zitrone

Creamy Coconut

Banane | Kokosmilch | Erdnussmus | Vanille | Datteln

Jucies

Immune

Apfel | Karotte | Ingwer | Kurkuma | + Schuss feines Öl + Pfeffer

Detox

Spinat | Grünkohl | Gurke | Apfel | Ingwer

Power Shots

Ginger Shot

Ingwer | Zitrone | Kurkuma | Pfeffer

Beetroot Shot

Rote Beete | Karotte | Birne