

# Kelly's

fresh kitchen

Große Bleiche 28  
55116 Mainz  
[www.kelly-s.de](http://www.kelly-s.de)  
061312196216

## ZUM TEILEN

PERFEKT ALS VORSPEISE ODER  
KLEINER SNACK ZWISCHENDURCH

---

**Weizenbrot** 1,50€  
*getoastet*

**Dips mal drei** 6,50€  
**(vegetarisch)**  
*Hummus (mit Tahin)*  
*Green Dip (Knobi & Petersilie)*  
*Tzatziki (mit frischer Gurke)*

**+ADD ME**

goldbraune  
Falafel 3,50€

**Tempura Garnelen** 6,50€  
**(4 Stück)**  
*frittierte Garnelen im Tempurateig auf*  
*Spicy Mango Dip*

**Blumenkohl Wings** 7,50€  
**(6 Stück)**  
*frittierte vegane Blumenkohl „Wings“ auf*  
*Green Dip mit Granatapfelkernen und*  
*frischen Kräutern*

**Crispy Chicken** 8,50€  
**(9 Stück)**  
*frittiertes Hähnchen auf Spicy Mango mit*  
*Sesam*

## WRAPS

GETOASTETER WEIZENFLADEN MIT  
FÜLLUNG

---

**Fajita Wrap** 9,50€  
*Brauner Reis, Grillgemüse, Tzatziki,*  
*Harissa-Honig-Hähnchen*

**Green Chicken** 9,00€  
*Romanasalat, Hähnchen, Tomaten, Mais,*  
*eingelegte Zwiebeln*  
*+Caesars*

**+UPGRADE**

crispy Chicken  
statt Hähnchen +1,00  
€

**Green Falafel** 9,00€  
**(vegetarisch)**  
*Romanasalat, Falafel, Tomaten, Gurken,*  
*Karotten*  
*+Green Dip*  
*+Tzatziki*

**VEGANIZE ME**

+Hummus +0,00€  
+Chimichurri

## BOWLS

MINDESTENS 1 QUELLE  
KOHLENHYDRATE

---

**Harvest** **16,90€**  
*Romanasalat, weißer Jasminreis,  
Hähnchen, Tomaten, Gurken, Karotten,  
gebratene Champignons, Süßkartoffeln  
+ Vegan Sylter Art*

**Planta**  
**(vegetarisch)** **13,50€**  
*Wildkräutersalat, brauner Reis, Falafel,  
Krautsalat, Hummus, eingelegte Zwiebeln  
+Green Dip*

**Fuko** **13,50€**  
*Romanasalat, brauner Reis, Miso-Tofu (o.  
Hähnchen), Krautsalat, Gurken, Rote Bete  
+ Spicy Mango*

**Super Green** **16,90€**  
*Wildkräutersalat, Brauner Reis,  
Süßkartoffeln, Feta, Hähnchen, Mais,  
Karotten, getoastete Mandeln  
+ Balsamico*

**Hottie** **15,00€**  
*Brauner Reis, Harissa-Honig-Hähnchen,  
Tomaten, Mais, Krautsalat, Feta  
+Spicy Mango*

**+ADD ME**

Chili Flocken **1,00€**

**Jo**  
**(vegan)** **15,00€**  
*Wildkräutersalat, weißer Jasminreis,  
Grillgemüse, Avocado, Linsensalat,  
Hummus, Cashews  
+ Vegan Sylter Art  
+ Chimichurri*

**Crunchy** **16,00€**  
*Weißer Reis, Cripky Chicken, Avocado,  
Mais, Kidneybohnen, Krautsalat, Erdnüsse  
+ Spicy Mango*

# SALATE



BLATTSALATE ALS BASIS

## PERFECT DUO

+getoastetes  
Weizenbrot

1,50€

### Julius Sieza **13,50€**

Romanasalat, Crispy Chicken, Mais,  
Tomaten, eingelegte Zwiebeln  
+Caesars

#### +ADD ME

frisch gehobelter  
Parmesan D.O.P. **+1,50€**

### Hummus Crunch **15,00€** (vegetarisch)

Romanasalat, Falafel, Hummus,  
Krautsalat, eingelegte Zwiebeln,  
getoastete Mandeln  
+Joghurt Dressing  
+Honig-Senf

### Basic Chicken **15,00€**

Wildkräutersalat, Romanasalat, Hähnchen,  
Tomaten, Gurken, Feta, eingelegte  
Zwiebeln  
+Green Dip

### Veggie Crunch **15,00€**

Wildkräutersalat, Karotten, Mais, ~~€~~Feta,  
Süßkartoffeln, getoastete Mandeln  
+Balsamico

#### +ADD ME

Granatapfelkerne **+1,50€**

## PLATES

WARME ALTERNATIVE  
ZU BOWLS & CO.

### Plate 1 (vegan) 11,50€

Weißer Jasminreis, cremiges  
Kichererbsencurry

### Plate 2 (vegetarisch) 11,50€

hausgemachtes, warmes  
Süßkartoffelpüree, Brokkoli, Feta

#### +ADD ME

Falafel 3,50€

## PIMP YOUR PLATE

FÜR NOCH MEHR KICK

### Spezialzutaten

Feta	1,50€
Crispy Chicken	4,50€
Hähnchen	3,50€
Harissa-Honig-Hähnchen	4,50€
Miso-Tofu (vegan)	3,50€
Süßkartoffel	1,90€
Falafel (vegan)	3,50€
Tempura Garnelen 3x	4,50€
Avocado	1,50€
Gebratene Champignons	1,50€
Grillgemüse	1,90€

### Crunch

Erdnüsse	1,00€
Cashews	1,50€
Getoastete Mandeln	1,50€
Röstzwiebeln	1,00€
Chili Flocken	1,00€
Sesammix	1,00€
Parmesan	1,50€
Granatapfel	1,50€

## BAU DEIN GERICHT

**BASIC BOWL & SALAT** 13,50€  
 2 X BASE  
 3 X BASISZUTAT  
 1 X SPEZIALZUTAT  
 1 X SOßE

**BASIC WRAP** 9,00€  
 2 X BASE  
 3 X BASISZUTAT  
 1 X SPEZIALZUTAT  
 1 X SOßE

WÄHLE DIE ZUTATEN FÜR  
 DEINEN SALAT  
 DEINE BOWL  
 DEINEN WRAP

## 1. WÄHLE DEINE BASE

WÄHLE 2 AUS 4

Weißer Jasminreis  
 Brauner Reis  
 Wildkräutersalat  
 Romanasalat

## 2. WÄHLE DEINE BASISZUTATEN

WÄHLE 3 AUS 9 (JEDE WEITERE 1,00€)

Krautsalat pink+weiß  
 Tomaten  
 Gurken  
 Brokkoli  
 Eingelegte Zwiebeln

Hummus  
 Tzatziki  
 Karotten  
 Kidneybohnen  
 Rote Bete

Linsensalat vegan  
 (Kichererbsen und  
 Linsen)  
 Mais  
 Lauchzwiebeln

## 3. WÄHLE DEINE SPEZIALZUTATEN

WÄHLE 1 AUS 12 (JEDE WEITERE SIEHE UNTEN)

Feta	1,50€	Süßkartoffel	1,90€
Grillgemüse	1,90€	Falafel (vegan)	3,50€
Crispy Chicken	4,50€	Tempura Garnelen 3x	4,50€
Hähnchen	3,50€	Avocado	1,50€
Harissa-Honig-Hähnchen	4,50€	Gebratene Champignons	1,50€
Miso-Tofu (vegan)	3,50€		

## 4. WÄHLE DEINE SOSSE

WÄHLE: WENIG SOßE, REGULÄR, ERTRÄNK MICH

Honig-Senf  
 Vegan Sylter Art (vegan)  
 Chimichurri (vegan)  
 Balsamico (vegan)

Spicy Mango  
 Caesars  
 Joghurt Dressing  
 Green Dip

## EXTRA KICK?

TOPPE DEIN GERICHT MIT CRUNCH

Erdnüsse	1,00€
Geröstete Cashews	1,50€
Getoastete Mandeln	1,50€
Röstzwiebeln	1,00€
Chili Flocken	1,00€
Sesammix	1,00€
Parmesan	1,50€
Granatapfel	1,50€

NICHT GENUG?

Extra Base Portion	2,00€
Extra Dressing	1,00€

## HAUSGEMACHTES

Hausgemachte  
Maracujalimonade 0,4l 4,60€

Hausgemachte  
Rhabarberlimonade 4,60€

Hausgemachte  
Johannisbeerlimonade 4,60€

## HEISSE GETRÄNKE

Espresso/ Dp. 2,10€ 2,90€

Cappuccino 3,10€

Kaffee Crema 2,90€

Latte Macchiato 3,90€

Frischer Minztee 3,90€

Tee (Frag uns!) 3,50€

## KALTE GETRÄNKE

Wasser laut/leise 0,2l 2,50€

Bionade 0,33l 3,50€

Fritz Kola 0,33l 3,50€

Fritz Limo 0,33l 3,50€

Mate 0,5l 3,90€