



HAVE A  
RICE DAY!

## DESSERTS ..... 3,9

**TAPIOKA-CREME** **VEGAN**  
Mango-Calamansi

**CARAMEL-CREME** **ACGHF**  
Banana & Mango

**CHIA PUDDING** **VEGAN**  
Berrysauce

**TRIPLE CHOCOLATE MOUSSE** **ACGHF**

### SELECTED BY A MONK:

Nicht nur unsere Bowls sind mit Liebe zubereitet, sondern auch unsere Partner und Produkte bewusst gewählt. So kommen beispielsweise unser Bio-Tofu aus der Sojarei aus Traiskirchen oder das Freilandhuhn für unser Pulled und Jerk Chicken aus der Steiermark. Auch unsere Greens sind nach Möglichkeit regional und saisonal vom Obsthause der Familie Haller.

Mehr dazu findest du auf unserer Website  
[FATMONK.AT](http://FATMONK.AT)

EMAIL [HELLO@FATMONK.AT](mailto:HELLO@FATMONK.AT) | [@FATMONKVIENNA](https://www.instagram.com/fatmonkvienna)  
QUARTIER BELVEDERE TEL +43 (0) 664 800 221 111  
WIEN MITTE TEL +43 (0) 664 800 221 112  
[FATMONK.AT](http://FATMONK.AT)

## DRINKS

**VÖSLAUER** 0,33L ..... 2,9  
Still | Prickelnd

**ICH BIN WAS?ER BIO** 0,5L ..... 3,9  
Apfel | Granatapfel | Grapefruit  
Quitte & Zitrone

**RAUCH EISTEE** 0,33L ..... 3,5  
Zitrone | Pfirsich | Granatapfel

**FRANZ JOSEF RAUCH BIO GESPRITZT** 0,33L ... 3,5  
Apfel | Rhabarber | Johannisbeere

**ORGANICS** 0,25L ..... 3,5  
Simply Cola

**KOMBUCHA** 0,33L ..... 3,5  
Classic | Ingwer Zitrone

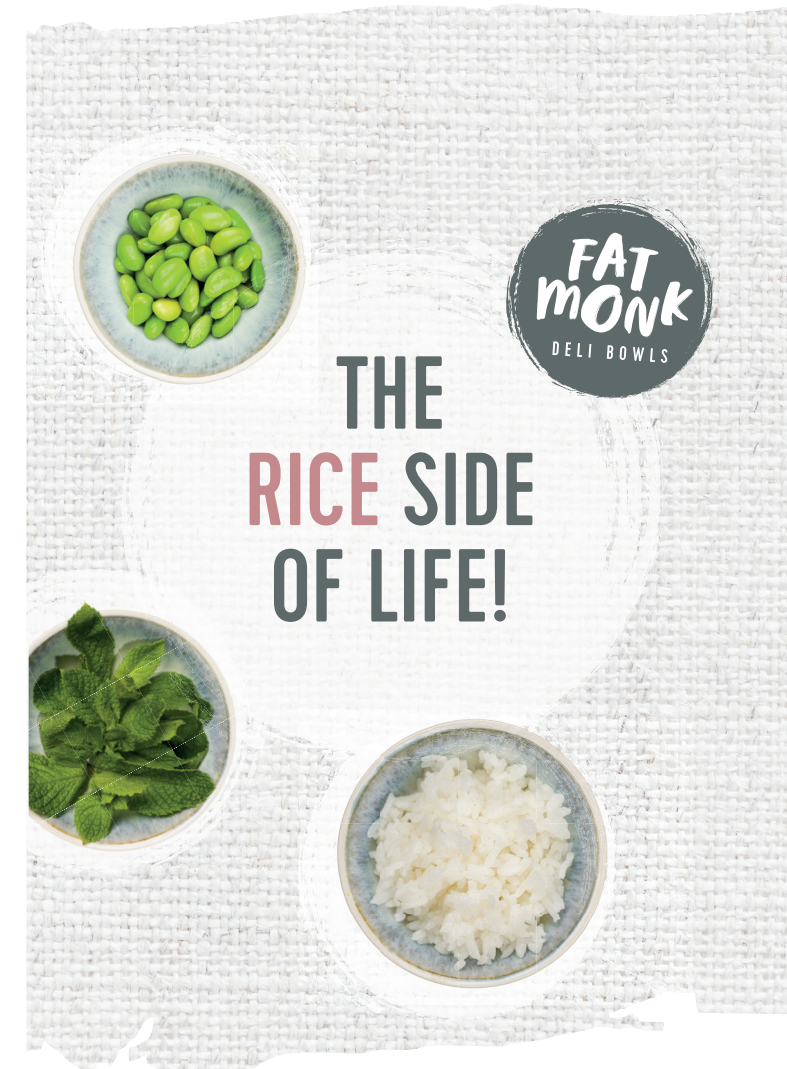
**HAKUMA FOCUS GREEN MATCHA** 0,33L ..... 3,7

**SINGHA LAGER** <sup>A</sup> 0,33L ..... 3,9

**UNGER G'SPRITZTER** <sup>O</sup> 0,33L ..... 3,9  
„afoch g'spritzt“

CARDS ONLY, NO CASH

ALLE PREISE SIND IN EURO INKL. MEHRWERTSTEUER



THE  
RICE SIDE  
OF LIFE!

## MENU

[FATMONK.AT](http://FATMONK.AT)

# SIGNATURE BOWLS

NOT SO BIG 6,9 BIG

**HOLY MONK (TOFU)** <sup>AFHMNO</sup> **VEGAN** ..... 9,5

Reis, Teriyaki, Tofu geräuchert, Avocado, Süßkartoffel, Weißkraut mit roten Karotten, süß-saurer Kürbis, geschmorte Karotten, Cashews, Jungzwiebel, Miso Mayo

**HAPPEA MONK (ERBSENPROTEIN)** <sup>AEFMNOP</sup> **VEGAN** ..... 10,5

Reis, Poke, Erbsenprotein, Hummus, Edamame, eingelegte Zwiebel, Chili Champignons, Rotkraut mit gelben Karotten, Erdnüsse, Sesam, Sesam Mayo

**RELAXED MONK (LACHS)** <sup>ADEFHMNO</sup> ..... 11,5

Reis, Poke, Lachs, Edamame, Mango, Avocado, Rettich, Nori, Chili Erdnüsse, Ginger Mayo

**SKINNY MONK (THUNFISCH)** <sup>ADFMNO</sup> ..... 11,5

Reis, Ponzu, Thunfisch, eingelegte Radieschen, Paprika, Sojasprossen, geschmorte Karotten, Chili, Sesam, Black Pepper Mayo

**FANCY MONK (ROASTBEEF)** <sup>AEFHOM</sup> ..... 10,5

Reis, Teriyaki, Roastbeef, Mais, Avocado, Blattspinat, Süßkartoffel, Zuckerschoten, Pinienkerne, Trüffel Mayo

**FUNKY MONK (PULLED CHICKEN)** <sup>ADEFLO</sup> ..... 9,5

Reis, Ladylike, Pulled Chicken, Mango, Avocado, Gurke, Curry Cole Slaw, Chili, Solnuts, Curry Mayo

**URBAN MONK (JERK CHICKEN)** <sup>AEFHOMN</sup> ..... 9,5

Reis, Teriyaki, Jerk Chicken, Edamame, eingelegte Zwiebel, Ananas-Salsa, Süßkartoffel, Dukkah, Jungzwiebel, Sriracha Mayo

# EVERYBODY HAS A MONK INSIDE.

## CREATE YOUR OWN BOWL

BIG ab 10,9 | NOT SO BIG ab 7,9



### 1. BASIS (1 zur Auswahl)

- Reis
- Quinoa **+1€**
- Zoodles **+1€**

### 3. PROTEIN (1 zur Auswahl)

- Pulled Chicken <sup>ADEF</sup>
- Jerk Chicken <sup>AF</sup>
- Thunfisch <sup>ADFN</sup> **+2€**
- Lachs <sup>D</sup> **+2€**
- Roastbeef <sup>AEFM</sup> **+1€**
- Erbsenprotein **+1€**
- Tofu geräuchert <sup>F</sup>

### 2. DRESSING (1 zur Auswahl) **VEGAN**

- Teriyaki <sup>FO</sup>
- Poke <sup>AFN</sup>
- Ponzu <sup>AF</sup>
- Erdnuss-Kokos <sup>AEFLO</sup>
- Ladylike (Maracuja)

### 4. GREENS (4 zur Auswahl)

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| Ananas Salsa              | Eingelegte Radieschen <sup>O</sup>       |
| Avocado                   | Eingelegte Zwiebel                       |
| Blattspinat               | Süß-saurer Kürbis <sup>OM</sup>          |
| Edamame <sup>F</sup>      | Chili Champignons <sup>AFN</sup>         |
| Mais                      | Rotkraut mit gelben Karotten             |
| Mango                     | Weißkraut mit roten Karotten             |
| Paprika                   | Geschmorte rot-gelbe Karotten            |
| Rettich                   | Curry Cole Slaw <sup>NO</sup> <b>+1€</b> |
| Gurke                     | Zuckerschoten <b>+1€</b>                 |
| Süßkartoffel              | Hummus <sup>M</sup> <b>+1€</b>           |
| Sojasprossen <sup>F</sup> |  |

### 5. CREAM (1 zur Auswahl) **VEGAN**

Unsere Mayo-Optionen

- Black Pepper <sup>AFMN</sup>
- Curry <sup>AFLO</sup>
- Ginger <sup>MON</sup>
- Hoisin <sup>AMNF</sup>
- Miso <sup>AMFO</sup>
- Sesam <sup>AEFNOP</sup>
- Trüffel <sup>MOH</sup>
- Wasabi <sup>MO</sup>
- Sriracha <sup>FM</sup>
- Yuzu <sup>M</sup>

### 6. TOPPINGS (2 zur Auswahl)

- Cashews <sup>H</sup>
- Chili Erdnüsse <sup>AEH</sup>
- Chili grün
- Chili rot
- Dukkah <sup>EHN</sup>
- Erdnüsse <sup>E</sup>
- Frühlingszwiebel
- Kokoschips
- Koriander
- Minze
- Pinienkerne
- Röstzwiebel <sup>A</sup>
- Sesam <sup>N</sup>
- Shredded Nori
- Solnuts <sup>A</sup>

NOT BIG ENOUGH? ADD SOME EXTRAS: PROTEIN Chicken, Roastbeef, Tofu **2€** Lachs, Thunfisch, Erbsenprotein **3€** GREENS **1€** TOPPINGS **0,5€**