



pizzadream

Exklusive Speisekarte

pinsa, bowls & more

- ✓ **extrem gesund**
- ✓ **weniger fett**
- ✓ **super geschmack**
- ✓ **top preise**

perfekte mahlzeiten für einen effektiven arbeitstag

Mit exklusiven Angeboten für unsere Firmenkunden!

☎ 0201/ 31 99 808

**Am Zehnthof 191A
45307 Essen Kray**

Unsere gesunde Light-Variante einer Pizza.
Weizenmehl, Sojamehl, Reismehl und Sauerteig werden zu einem luftig-knusprigen Boden verarbeitet



430. NEAPEL A1,B,G,1,2

Fruchtige Tomatensauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, fr. Basilikum und groben Pfeffer

8,90

Nährwerte

pro Portion

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 22 g |
| Eiweiß | 44 g |
| Kohlenhydrate | 111 g |
| Energie kcal | 821 kcal |



431. MAILAND A1,B,C,G,1,2,3

Fruchtige Tomatensauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, rote Zwiebeln, Thunfischfilet, Kapernäpfel und groben Pfeffer

11,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 24 g |
| Eiweiß | 50 g |
| Kohlenhydrate | 112 g |
| Energie kcal | 869 kcal |



432. ROM A1,B,G,1,2

Fruchtige Tomatensauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, Hähnchenbrust, Tomatenscheiben, Roma Salat, Sylter-Dressing, grober Pfeffer

12,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 10 g |
| Eiweiß | 57 g |
| Kohlenhydrate | 116 g |
| Energie kcal | 932 kcal |



433. BARI A1,B,F,G,1,2

Fruchtige Tomatensauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, fr. Basilikum, Cherrytomaten, garniert mit Pesto und Mandeln, grober Pfeffer

12,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 32 g |
| Eiweiß | 48 g |
| Kohlenhydrate | 114 g |
| Energie kcal | 944 kcal |



434. VERONA A1,B,G,1,2

Fruchtige Tomatensauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, Grillgemüse, Rucola, weißer Balsamico-Vinegret, grober Pfeffer

12,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 23 g |
| Eiweiß | 47 g |
| Kohlenhydrate | 127 g |
| Energie kcal | 911 kcal |



435. PALERMO A1,B,G,1,2

Fruchtige Tomatensauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, Pastrami, rote Zwiebel, fr. Paprika, Frühlingszwiebeln garniert mit rauchige BBQ-Sauce und grobem Pfeffer

13,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 23 g |
| Eiweiß | 46 g |
| Kohlenhydrate | 124 g |
| Energie kcal | 888 kcal |



436. RIMINI A1,G,I,J,1,2

Fruchtige Tomatensauce, veganem Pizzaschmelz, marinierte Tofu-Teriyaki-Qubs, Frühlingszwiebeln, Edamame garniert mit Sesam und grobem Pfeffer

13,90

Nährwerte pro Portion

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 20 g |
| Eiweiß | 33 g |
| Kohlenhydrate | 131 g |
| Energie kcal | 837 kcal |



437. UDINE A1,B,G,1,2

Fruchtige Tomatensauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, rote Zwiebeln, Oliven, Fetawürfeln, fr. Basilikum garniert, mit Baby-Spinat, Rucola und grobem Pfeffer

14,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 29 g |
| Eiweiß | 50 g |
| Kohlenhydrate | 116 g |
| Energie kcal | 935 kcal |



438. VENEDIG A1,B,E,G,1,2

Fruchtige Tomatensauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, Hähnchenbruststreifen, Grillgemüse garniert mit Siracha-Mayonnaise und grobem Pfeffer

13,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 26 g |
| Eiweiß | 50 g |
| Kohlenhydrate | 127 g |
| Energie kcal | 950 kcal |



439. FLORENZ A1,B,E,F

Hollandais-Sambal-Sauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, grüner Spargel, Cherrytomaten, Avocado, garniert mit Pinienkerne und grobem Pfeffer

13,90

| | |
|---------------|-----------|
| Fett | 49 g |
| Eiweiß | 53 g |
| Kohlenhydrate | 118 g |
| Energie kcal | 1148 kcal |



440. MODENA A1,B

Sour-Creme-Sauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, fr. Rucola, Tomatenscheiben, Frühlingszwiebeln, Balsamico-Creme, grobem Pfeffer

12,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 25 g |
| Eiweiß | 47 g |
| Kohlenhydrate | 127 g |
| Energie kcal | 934 kcal |



441. TURIN A1,B,G,I,1,2

Fruchtige Tomatensauce, Bambini Mozzarella, Gouda-Käse, Hähnchenbruststreifen, Frühlingszwiebeln, Zuckerschotten garniert mit Wild Karachi-Sauce und grobem Pfeffer

12,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 24 g |
| Eiweiß | 50 g |
| Kohlenhydrate | 120 g |
| Energie kcal | 942 kcal |

Extrawünsche? Kein Problem. Wir lassen keine Wünsche offen!

bowls

Gesund und lecker muss kein Widerspruch sein.
Das zeigen unsere vielseitigen, frischen Bowls, die du in zahlreichen Varianten bestellen kannst!



410. DASTAN VEGAN A1,I

Wildreis, Baby-Spinat, Humus, Taboule, Falafel, Frühlingszwiebeln, rote Beete, Granatapfelkerne, fr. Petersilie, fr. Minze, Mandeln und Kürbiskerne

11,90

Nährwerte

pro Portion

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 36 g |
| Eiweiß | 24 g |
| Kohlenhydrate | 115 g |
| Energie kcal | 896 kcal |



412. MAHI A1,C,I

Mix-Salat, Rucola, Lachsfilet, Broccoli, Vollkornpenne, Avocado, Radieschen, Sesam-Mix, Sonnenblumenkerne, Babyspinat

13,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 26 g |
| Eiweiß | 28 g |
| Kohlenhydrate | 20 g |
| Energie kcal | 450 kcal |



414. MEYGOO B,D

Reisnudeln, Baby-Spinat, körnige Frischkäse, Taboule, Frühlingszwiebeln, Jumbogarnelen, Mango, frische Dill, Radieschen, Sonnenblumenkerne

13,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 15 g |
| Eiweiß | 100 g |
| Kohlenhydrate | 22 g |
| Energie kcal | 654 kcal |



416. GRECCO A1,B,D

Mix-Salat, Rucola, Broccoli, Halumi, Jumbogarnelen, Taboulé, rote Beete, Frühlingszwiebeln, fr. Minze, Granatapfelkerne, Pinienkerne, Babyspinat

13,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 31 g |
| Eiweiß | 39 g |
| Kohlenhydrate | 44 g |
| Energie kcal | 624 kcal |



420. FALALA VEGAN F,I

Mix-Salat, Baby-Spinat, Humus, Falafel, Taboulé, Broccoli, Avocado, Cashew, Granatapfelkerne

11,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 47 g |
| Eiweiß | 22 g |
| Kohlenhydrate | 65 g |
| Energie kcal | 777 kcal |

FRISCHES GEMÜSEBROT ^{A1} 1,00



422. SWEETY HARRY ^{F,3}

Reisnudel, Baby-Spinat, Broccoli, Kichererbsen, Süßkartoffeln, Frühlingszwiebeln, Hähnchenbruststreifen, Mango, Radieschen, Chiasamen, Mandeln, fr. Petersilie, Granatapfelkerne

12,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 16 g |
| Eiweiß | 31 g |
| Kohlenhydrate | 101 g |
| Energie kcal | 692 kcal |



424. VEGALIME ^{VEGAN J}

Reisnudel, Baby-Spinat, Avocado, Rotkohl, Limette, Quinoasalat, rote Beete, Tofu, fr. Dill, Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne

11,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 27 g |
| Eiweiß | 28 g |
| Kohlenhydrate | 125 g |
| Energie kcal | 935 kcal |



426. HERACLES ^{A1,B,F}

Wildreis, Baby-Spinat, körnige Frischkäse, Halumi, Fetakäse, kalamata Oliven, Taboulé, Kichererbsen, Walnüsse, fr. Minze

13,90

| | |
|---------------|-----------|
| Fett | 59 g |
| Eiweiß | 51 g |
| Kohlenhydrate | 116 g |
| Energie kcal | 1215 kcal |



428. HEILIGE BIMBAM ^{A1,F,I,J}

Wildreis, Baby-Spinat, Hähnchenbrust, Süßkartoffel, Guacamole, Granatapfelkerne, Radieschen, Frühlingszwiebeln, Taboulé, Edamame, Chiasamen, fr. Minze

13,90

| | |
|---------------|----------|
| Fett | 32 g |
| Eiweiß | 38 g |
| Kohlenhydrate | 123 g |
| Energie kcal | 945 kcal |

WÄHLE DEIN DRESSING

Thousand Island



B

Honey-Mustard



B,K

Mango-Chili



Joghurt-Kräuter



B

Balsamico



Italian



2



American Ceasar



B,C



Wild Karachi



H,J



Auch für unsere Pinsen
perfekt geeignet!

salate

Bestelle ein gesunden Salat für deine extra Portion Vitamine und Nährstoffe!
Täglich frisch zubereitet!



| | | |
|--|---|--------------|
| 63. GEMISCHT  | Mix-Salat, Gurken, Cherrytomaten, Mais, Möhren, fr. Paprika, rote Zwiebeln | 7,90 |
| 65. FITNESS  | Mix-Salat, Gurken, Cherrytomaten, Mais, Ananas, Mandarinen ^{2,6} | 7,90 |
| 67. TONNO  | Mix-Salat, Gurken, Cherrytomaten, Mais, Thunfisch, rote Zwiebeln ^{C,2,3} | 9,90 |
| 69. CAPRICCIOSA  | Mix-Salat, Gurken, Cherrytomaten, Hinterschinken, Thunfisch, Ei, Gouda-Käse ^{B,C,E,1,2} | 10,90 |
| 71. CAPRESE  | Mix-Salat, Cherrytomaten, Baby-Mozzarella, fr. Basilikum | 10,90 |
| 73. CHICKEN | Mix-Salat, Gurken, Cherrytomaten, Mais, Möhren, fr. Paprika, Hähnchenbruststreifen | 11,90 |
| 76. CAESAR | Romasalat, Cherrytomaten, Croûton, Parmesan, Hähnchenbruststreifen ^{A1,B} | 11,90 |
| 80. GREEK  | Mix-Salat, Gurken, Cherrytomaten, Oliven, rote Zwiebeln, milde Peperoni, Hirtenkäse | 10,90 |
| 82. BAUER | Mix-Salat, Gurken, Cherrytomaten, Mais, Bratkartoffeln mit Speck, Zwiebeln & Spiegelei ^E | 11,90 |
| 86. CRUNCHY | Mix-Salat, Gurken, Cherrytomaten, Mais, Möhren, fr. Paprika, Hähnchenbruststreifen in knuspriger Panade ^{A1} | 11,90 |

Auch als Salatblech für bis zu 10 Personen verfügbar!

VOLLKORNBRÖTCHEN ^{A1} 2,00

WÄHLE DEIN DRESSING

Balsamico



Honey-Mustard



^{B,K}

Italian



²

Joghurt-Kräuter



^B 

American Ceasar



^{B,C} 

Thousand Island



^B

getränke

Bestelle ein gesunden Smothly für deine extra Portion Vitamine und Nährstoffe!

True Fruits schaffen die Note "sehr gut"



TRUE FRUITS YELLOW

Orangensaft 25%, Apfelsaft 24%, Bananenpüree 20%, Mangopüree 18%, Maracujapüree 13%

3,90

TRUE FRUITS GREEN

Apfelsaft 54,9%, Banane 21%, Bio-Spinat 11%, Birne 8%, Bio-Grünkohl 4%, Ingwer 1%, Bio-Matcha 0,1%

3,90

TRUE FRUITS ORANGE

Apfelsaft (46,5%), Mangopüree (35,6%), Acerolapüree (12%), Gojisaft (4%), Orangenschalenpüree (1,9%)

3,90

TRUE FRUITS PINK

Apfelsaft 49%, Guanabana 22%, Banane 17%, pinke Drachenfrucht 12%

3,90

TRUE FRUITS PURPLE

Apfelsaft (34%), Banane (18%), Orangensaft (14%), Himbeere (6%), Heidelbeere (7%), rote Johannisbeere (5%), schwarze Johannisbeere (5%), Brombeere (6%), Granatapfel (5%)

3,90

Auch Softdrinks und klassische Getränke vorhanden

dessert

VEGANER MUFFIN  Karotte, Kürbiskern ^{A1,J}

2,90



vorteile

- ✓ PÜNKTLICHE LIEFERUNG ZUR MITTAGSPAUSE, GARANTIERT!
- ✓ KAUF AUF RECHNUNG FÜR EINE UNKOMPLIZIERTE ABWICKLUNG
- ✓ RABATTE VON BIS ZU 20% BEI REGELMÄSSIGEN BESTELLUNGEN
- ✓ ÜBER 150 WEITERE KLASSIKER WIE PIZZA, PASTA UND BURGER



✓ MIETET UNSER LOKAL FÜR BIS ZU 30 PERSONEN!

Für Events, Privatfeiern, Firmenveranstaltungen und Meetings in geschlossene Gesellschaft. Wir bieten eine entspannte Atmosphäre, eine große Auswahl an Speisen und Getränken und professionellen Service. Kontaktiere uns gerne um eine Veranstaltung zu buchen.

allergene & Zusatzstoffe

A. Gluten

1. Weizen
2. Roggen
3. Gerste
4. Hafer
5. Dinkel
6. Kamut

B. Lactose

C. Fisch

D. Krebstiere

E. Ei

F. Schalenfrüchte

G. Sellerie

H. Senf

I. Sesam

J. Soja

1. Farbstoff

2. Konservierungsstoff

3. Antioxidationsmittel

4. Emulgator

5. Verdickungsmittel

6. Süßungsmittel