

HOLA

EAT • PURE • LOVE



BREAKFAST

- Yoghurt, Hola Granola naar keuze en vers fruit €4,50
No plain Jane? + verse fruitcoulis plus €0,50
- Homemade chiapudding, Hola Granola naar keuze en vers fruit €5,00
- 'Boke' choco - vers brood, homemade vegan chocopasta en banaan €6,00
- Superfood Açai-bowl €8,00
- Havermout pannenkoekjes met ahornsiroop, vers fruit en yoghurt €9,00

HOLA SPECIAL elke week een andere suggestie → Check het suggestiebord

HOLA GRANOLA is homemade with love.
In het assortiment vind je granola met fruit, chocolade, een mix van noten, kokosnoot en zoveel meer.
Healthy? Absolutely! Hola Granola wordt gezoet met kokosbloemsuiker, de meest gezonde natuurlijke suiker.



Ontbijt met HOLA GRANOLA.
Of neem een zakje granola mee naar huis.
Bestellen kan ook op:
holagranola.be



HOLAFOOD.BE



EAT



PURE



LOVE

FOLLOW US ON



#HOLAFOOD

@HOLA_FOODGHENT



/HOLAFOODGHENT

BETALEN ? Cash • Betaal- of kredietkaart • Maaltijdcheques (Sodexo, Edenred, Monizze) • Payconiq



LUNCH WELL

HOMEMADE SALADS

	NORMAL 400 g	LARGE 550 g
TEMPTASIAN	€10,00	€12,50
<i>Quinoa, romeinse sla, rode kool, wortel, courgette, lente-ui, koriander, gerookte kip, geroosterde pinda, tahini-limoendressing</i>		
POWERFUL PLATO	€10,00	€12,50
<i>Tarwekorrels, romeinse sla, komkommer, kerstomaat, witte kool, rode ui, zwarte olijven, feta, geroosterde pijnboompitten, basilicum, honing-mosterddressing</i>		
GREEN GODDESS	€11,00	€13,00
<i>Quinoa, romeinse sla, broccoli, erwtscheuten, lente-ui, peterselie, geroosterde kikkererwten, geroosterde amandelen, avocado, za'atar-dressing</i>		
ROCAMBOLESCO	€10,00	€12,50
<i>Courgettespaghetti, romeinse sla, rode paprika, kerstomaat, zongedroogde tomaat, basilicum, geroosterde pijnboompitten, parmezaan, pesto-dressing</i>		
CHEEKY CAESAR	€10,00	€12,50
<i>Bulgur, romeinse sla, spinazie, courgette, kerstomaat, gerookte kip, ei, geroosterde pompoenpitten, parmezaan, caesar-dressing</i>		
THE GREAT GOATY	€10,00	€12,50
<i>Bulgur, romeinse sla, chioggia-biet, radijs, rode kool, appel, geitenkaas, geroosterde walnoten, honing-mosterddressing</i>		

HOLA-burger €14,00
Homemade veggiebunnen tussen een zacht broodje met spinazie en een frisse kruidige dressing. Geserveerd met een knapperig slaatje.

Feeling a little **EXTRA** today?

#GUILTY PLEASURE Crispy maple bacon	plus €0,50
#EXTRA PROTEINS Gerookte kip of homemade falafel	plus €1,00
#EXTRA FIBRES 2 extra sneden brood	plus €0,50

HOMEMADE SANDWICHES

	HOUT- HAKKERS- BROOD	NAAN- WRAPS <i>homemade</i>
FEISTY FALAFEL	€6,00	€7,50
<i>Homemade falafel, zure room, rode kool, radijs, spinazie</i>		
CHICKEN EL DORADO	€6,00	€7,50
<i>Gerookte kip, spicy hummus (ras-el-hanout), rode paprika, romeinse sla, zongedroogde tomaat, lente-ui, basilicum</i>		
MAGNIFICENT MACKEREL	€6,50	€8,00
<i>Homemade spread van gerookte makreel, spinazie, zure room, rode ui</i>		
THE GNOAT	€6,00	€7,50
<i>Geitenkaas, appel, chioggia-biet, spinazie, erwtscheuten, geroosterde walnoten, honing</i>		
PUMPKIN PANACHE	€6,00	€7,50
<i>Homemade spread van pompoen met cashewnoten en amandel, feta, spinazie, crispy bacon</i>		

Eating in?

ENJOY AN **EXTRA SALAD** plus €2,00

HOMEMADE HOTTIES

Quiche van de dag	€5,00
Soep van de dag	€5,00
1/2 liter, incl. 2 sneden brood	

GUILTY(FREE) PLEASURES

Taart of gebak van de dag	€4,00
----------------------------------	-------

→ **BESTEL OOK ONLINE**

Bestellen kan je ook via holafood.be of telefonisch op **09 324 44 44**. Breng je wel jouw bevestigingsmiltje mee?

Lekker makkelijk



DRINKS

Chaufontaine plat / bruisend 50 cl	€2,00
Coca Cola / Cola Zero	€2,00
Ice Tea	€2,50
Noa • elderflower & rhubarb • focus	
Noa • lingonberry & spruce • relax	€3,00
Noa • blueberry & birch • antioxidant	
Charlie's • orange & mandarin	€3,00
Vitamin well	€3,00
Vit-Hit	€3,00
Bionade	€3,00
Almdudler	€3,00

Kijk ook eens in onze koelkast voor een wisselend aanbod aan healthy drinks

our HOMEMADE DETOX-DRINK

Homemade iced-tea	€4,50
Heerlijke mix van hibiscus, citroen, gember & bosvruchten	

WINE [Smile. There's wine.]

Wit • Rood • Rosé	glas €4,00
	fles €20,00
Hola Cava Brut • Rosé	glas €5,00
	fles €22,00

TO GIN OR NOT TO GIN?

Silly question.

Gin-Tea	€9,00
<i>Fruïtge florale gin in combinatie met tonic en onze homemade iced-tea</i>	
Gin & Tonic	€8,00
<i>A classic, what else?</i>	

Vedett Extra Blond 5,2%	€3,00
-------------------------	-------

If blondes have more fun... What to say about extra blond?
Een premium pils met een zachte hop- en moutsmak.

Vedett IPA 6%	€3,50
---------------	-------

Een speelse interpretatie van de Amerikaanse IPA met citrus en pompelmoesaccenten.
Een verfrissende smaakmaker.

Saison Dupont 6,5%	€3,50
--------------------	-------

Dé klassieker onder de Belgische seizoensbieren. Koperblond, de fijnste hoparoma's en een uitgesproken bitterheid.
Een ongeëvenaarde dorstlesser.

Valeir Divers 8,5%	€4,50
--------------------	-------

Een zijdezacht Belgisch tripelbier van hoge gisting.

Gouden Carolus 8,5%	€4,00
---------------------	-------

Mechels keizerbier gebrouwen met 5 hopsoorten. Krachtig frisfruitig karakter met aroma's van passievrucht, citrus en mandarijn.

Corona Extra	€3,50
--------------	-------

Een klassieker.
Heerlijk met een stukje limoen.



EAT



PURE



LOVE

LIFE BEGINS AFTER COFFEE

Lungo	€2,50
Espresso	€2,50
Cappuccino / Latte	€3,00
Chai Latte	€4,50
Hot Chocolate	€3,50
or Tea	€2,75