

Helma

CAFÉ & TAGESBAR



Helma ist ein bargeldloses Café - card only



SAISONALE ERFRISCHUNGEN

Sonne im Glas

| | |
|--|--------|
| Hausgemachter Pfirsicheistee mit Rosmarin (Schwarztee-Basis) | 5,90 € |
| Hausgemachter Minz-Eistee mit Zitrone (Minz-Basis) | 5,20 € |
| Hausgemachter Hibiskuseistee mit Blutorange und Thymian | 5,40 € |
| Hausgemachte Rhabarber-Holunderblütenlimonade | 5,90 € |
| Hausgemachte Holunderblüten-Ingwerlimonade | 5,90 € |

... daneben möchten wir noch Drinks aus unserer Karte empfehlen, die ebenso perfekt in diese Jahreszeit passen ...

| | |
|--|--------|
| Helmas Rosenspritz (Prosecco, hausgemachter Rosen-Erdbeersirup, Soda) | 7,90 € |
| Helmas Kräuterspritz (Prosecco, Kräuterlikör, Ginger Ale) | 7,90 € |
| Paloma (Tequila, Aqua Monaco Grapefruit) | 8,90 € |
| Mandarin Spritz (Prosecco, Aqua Monaco Mandarin Chinotto) | 7,90 € |



HEISSGETRÄNKE

| | |
|---|--------|
| Helma's Filterkaffee hot/iced | 3,40 € |
| Espresso | 2,20 € |
| Doppio (doppelter Espresso) | 3,90 € |
| Espresso macchiato | 2,60 € |
| Doppio macchiato | 4,30 € |
| Americano hot/iced | 3,90 € |
| Cappuccino hot/iced | 4,10 € |
| Cappuccino groß hot/iced | 5,60 € |
| Café au lait (Filterkaffee) hot/iced | 5,20 € |
| Café Latte infused (Zimt, Kardamom oder Vanille) hot/iced | 5,90 € |
| Café Latte (Espresso) hot/iced | 5,40 € |
| Cortado | 3,90 € |
| Flat white hot/iced | 4,90 € |
| Heiße Schokolade hot/iced | 4,60 € |
| Heiße Ovomaltine hot/iced | 4,60 € |
| Heiße weiße Schokolade mit Himbeertopping | 5,30 € |
| Heiße Milch | 3,60 € |
| Heiße Milch mit Honig | 4,10 € |
| Matcha Latte hot/iced | 4,90 € |
| Hojicha Latte (gerösteter Grüntee) hot/iced | 4,90 € |
| Glas Tee | 4,20 € |
| Kanne Tee | 7,10 € |
| Schwarztee: Paris breakfast, Tokyo breakfast, Assam | |
| Grüner Tee: Sakura (Kirschblüte Japan), Yuzu Temple, De-stress | |
| Oolong: Fleurs d'orange | |
| Kräutertee: Zitronenverbene, Dream Tea | |
| Indischer Chai Tee | 4,80 € |
| Frische Minze | 3,90 € |
| Frischer Ingwer | 3,90 € |
| Frische Minze mit Ingwer | 3,90 € |
| Frischer Ingwer mit Honig | 4,60 € |
| Heiße Zitrone | 3,90 € |
| Heiße Zitrone mit Honig | 4,60 € |
| Oh Rose! (Heißer O-Saft mit Vanille und Rose) | 5,40 € |
| Kurkuma Latte | 5,40 € |
| HoMi (frischgepresster heißer O-Saft mit Ingwer) | 6,30 € |
| Affogato | 4,90 € |

Fragt gerne nach unseren Alternativen zu Kuhmilch

*Bei Allergien, Unverträglichkeiten oder Zusatzstoffen hilft dir unser Servicepersonal mit der Allergenenkarte gerne weiter.

*Alle Preise gelten inkl. MwSt.

*Helma ist bargeldlos - Card only

FRISCHE SÄFTE

| | |
|-------------------------------|--------|
| Orangensaft 0,25l | 5,90 € |
| Gurke-Limette-Koriander 0,25l | 6,90 € |

SÄFTE & NEKTARE

| | |
|---|--------|
| Säfte 0,25l | 4,60 € |
| Apfel, Orange, Birne, Johannisbeere (Nektar), Rhabarber (Nektar), Aprikose (Nektar), Pflirsich (Nektar), Grapefruit | |
| Saftschorle 0,25l | 4,30 € |
| Saftschorle 0,5l | 5,90 € |
| Frühstücksshot (Mix aus Apfel, Orange, Acerola, Ingwer, Zitrone und Mango) | 1,90 € |

WASSER

| | |
|-------------------------------------|--------|
| Adelholzener Classic 0,25l | 2,90 € |
| Adelholzener Classic 0,75l | 6,90 € |
| Adelholzener Classic naturell 0,25l | 2,90 € |
| Adelholzener Classic naturell 0,75l | 6,90 € |

ERFRISCHENDES

| | |
|--|--------|
| Plose Aranciata 0,25l | 3,90 € |
| Plose Limonata 0,25l | 3,90 € |
| Paulaner Spezi 0,33l | 3,90 € |
| Coca Cola 0,2l | 3,60 € |
| Coca Cola Zero 0,2l | 3,60 € |
| Ginger Ale (Aqua Monaco) 0,23l | 4,30 € |
| Mandarin Chinotto (Aqua Monaco) 0,23l | 4,60 € |
| Grapefruit (Aqua Monaco) 0,23l | 4,60 € |
| Kombucha FIRST8 (wechselt saisonal, wir beraten gerne) 0,33l | 6,10 € |

BIER

| | |
|-------------------------------------|--------|
| Maxl Helles 0,5l | 5,20 € |
| Augustiner Helles alkoholfrei 0,5l | 5,20 € |
| Hopf Weissbier 0,5l | 5,20 € |
| Erdinger Weissbier alkoholfrei 0,5l | 5,20 € |
| Allgäuer Büble Radler 0,5l | 5,20 € |

WEIN & PROSECCO

| | |
|---|-----------------|
| Weißwein, Pinot Noir 0,1l/0,2l | 4,90 € / 7,90 € |
| Weißwein, Riesling v. Winning 0,1l/0,2l | 6,90 € / 9,90 € |
| Weißwein, Chardonnay 0,1l/0,2l | 5,90 € / 8,90 € |
| Rotwein, Pinot Noir & Blaufränkisch 0,1l/0,2l | 4,90 € / 7,90 € |
| Rotwein, Primitivo 0,1l/0,2l | 6,90 € / 9,90 € |
| Rosé, Cuvée, Provence 0,1l/0,2l | 5,90 € / 8,90 € |
| Rosé, Pinot Noir & Meunier, Rheinhessen 0,1l/0,2l | 4,90 € / 7,90 € |
| Weinschorle 0,2l/0,4l | 5,20 € / 8,10 € |
| Prosecco, Bertoldi 0,1l | 4,40 € |

SHOT DER SAISON

| | |
|--------------------------|--------|
| Saisonales Stamperl 2 cl | 3,90 € |
|--------------------------|--------|

GENUSS & APÉRO

| | |
|--|---------|
| Helmas Espresso Martini | 8,90 € |
| Helmas Rosenspritz (Prosecco, hausgemachter Rosen-Erdbeersirup, Soda) | 7,90 € |
| Helmas Kräuterspritz (Prosecco, Kräuterlikör, Ginger Ale) | 7,90 € |
| Paloma (Tequila, Aqua Monaco Grapefruit) | 8,90 € |
| Mandarin Spritz (Prosecco, Aqua Monaco Mandarin Chinotto) | 7,90 € |
| Yuzu Prosecco auf Eis | 6,90 € |
| Haleluja (gespritzter Weißer mit Ingwer) | 6,90 € |
| Mimosa (Prosecco-Orange) | 6,90 € |
| Mimosa (Prosecco-Grapefruit) | 6,90 € |
| | |
| Helmut Wermut (rosé/weiß) auf Eis | 5,40 € |
| Wermut gespritzt mit Prosecco | 7,90 € |
| | |
| Bernstein Spritz, alkoholfrei (Franz v. Fein: fruchtig-floral, fein-bitter) | 5,40 € |
| Rubin Spritz, alkoholfrei (Franz v. Fein: zitrisch-frisch, fein-bitter) | 5,20 € |
| | |
| Schale Lisas Bio-Kesselchips | 2,80 € |
| ...unsere Käseplatte eignet sich auch perfekt für Apéro mit Baguette oder Genetztem als Hauptspeise allein oder Snack zum Teilen | 16,90 € |
| ...unsere Käse-/Salamiplatte eignet sich auch perfekt für Apéro mit Baguette oder Genetztem als Hauptspeise allein oder auch als Snack zum Teilen | 16,90 € |

*Bei Allergien, Unverträglichkeiten oder Zusatzstoffen hilft dir unser Servicepersonal mit der Allergenenkarte gerne weiter.

*Alle Preise gelten inkl. MwSt.
*Helma ist bargeldlos - Card only

SPEISEN

| | | |
|--|--|---|
| Bio Butterhörnle fränkisches Croissant | Solo | 3,60 € |
| | Butter, Marmelade | 4,90 € |
| | Ricotta, Marmelade | 6,20 € |
| | Schoko-Nuss-Creme | 4,90 € |
| | Pistazien-Creme | 5,30 € |
| | Schinken | 5,20 € |
| Baguette | Butter, Marmelade | 5,90 € |
| Pain & Œuf | Genetztes Brot (Weizen, Roggen), Butter & Bio Ei | 5,80 € |
| Overnight Bircher | mit Früchten, Chiasamen, Kokos- Mandelmilch, Kürbiskerne, Haferflocken (vegan) | gross 9,90 € |
| | | klein 6,90 € |
| Hausgemachtes Granola | mit Joghurt, Früchten, Pekannüsse, Kürbiskerne, Haferflocken, Karotten (auch vegan mit Kokosjoghurt möglich) | gross 9,90 € |
| | | klein 6,90 € |
| Bio-Joghurt & Honig | Gläschen Bio-Naturjoghurt & Honig | 4,90 € |
| Helmas Golden Sandwiches on Bäckertoast vom Bäcker Neulinger | Grilled Cheese + Bio-Kimchi | 12,50 € |
| | Ham + Cheese | 11,90 € |
| Helmas Waffeln | hausgemacht | |
| | Solo mit Puderzucker | 2 Stück 8,90 € 1 Stück 6,50 € |
| | Zimt und Zucker | 2 Stück 9,90 € 1 Stück 7,20 € |
| | Bio-Apfelmus | 2 Stück 10,90 € 1 Stück 7,90 € |
| | Bio-Waldheidelbeeren & Sahne | 2 Stück 11,90 € 1 Stück 8,50 € |
| | Portion Sahne | 1,30 € |
| | Omelette André | Bio-Ei, Cheddar, Baguette Alternativen: Kirschtomaten, Pilze, Schinken je 1,50 € als add-on, Ersatz kostet nicht mehr |
| Franks Pancake-Bun | hausgemachtes pancake bun, pork patty, Bio-Ei, Käse, hausgemachte Soße mit Mayo | 13,90 € |

mehr Auswahl auf der nächsten Seite >>

| | | |
|--|---|---------|
| Genetztes Brot | vom Bäcker Neulinger | |
| Weizenmischbrot mit Roggensauerteig wahlweise mit Baguette (1/2) + 2,50 € | mit Edamole (Bohnenpaste aus Edamame) | 7,90 € |
| | mit cremigen weißen Bohnen und Liebstöckel | 7,90 € |
| | halb / halb | 7,90 € |
| | plus Bio-Ei | 2,50 € |
| Eiersandwich – tamago sando | Bäckertoast vom Bäcker Neulinger, Eiersalat, Bio-Ei | 11,90 € |
| Cremige italienische Burrata mit Gemüse deiner Wahl | Tomatenragout mit Basilikum + Salat oder Waldpilze mit Honig-Senf Dressing + Salat | 13,50 € |
| Bio Käseplatte | mit Baguette oder Genetztem als Hauptspeise allein oder auch als Snack zum Teilen | 16,90 € |
| Käse-/Salamiplatte | mit Baguette oder Genetztem als Hauptspeise allein oder auch als Snack zum Teilen | 16,90 € |
| Bio-Ei | | 2,50 € |

Wechselndes Tagesessen könnt ihr unserem Aushang oder Instagram Account entnehmen.

SÜSSES

| | | |
|-----------------------|---|-----------------------------------|
| Kuchen | Unsere hausgemachten Kuchen findet ihr an der Theke | |
| Eis | Vanilleeis, 1 Kugel | 2,50 € |
| | Vanilleeis mit heißen Himbeeren | 6,90 € |
| Helmas Waffeln | hausgemacht | |
| | Solo mit Puderzucker | 2 Stück 8,90 € 1 Stück 6,50 € |
| | Zimt und Zucker | 2 Stück 9,90 € 1 Stück 7,20 € |
| | Bio-Apfelmus | 2 Stück 10,90 € 1 Stück 7,90 € |
| | Bio-Waldheidelbeeren & Sahne | 2 Stück 11,90 € 1 Stück 8,50 € |
| Portion Sahne | | 1,30 € |

*Bei Allergien, Unverträglichkeiten oder Zusatzstoffen hilft dir unser Servicepersonal mit der Allergenenkarte gerne weiter.

*Alle Preise gelten inkl. MwSt.

*Helma ist bargeldlos - Card only



ÖFFNUNGSZEITEN

Montag, Donnerstag bis Sonntag 10:00- 19:00 Uhr
Dienstag und Mittwoch Ruhetag

IM HELMA SOLLEN SICH ALLE UNSERE GÄSTE WOHLFÜHLEN

Unter der Woche laden wir euch ein, bei uns auch am Laptop zu arbeiten – wir bitten jedoch um Verständnis, dass dies auf 2 Stunden begrenzt ist. Am Wochenende möchten wir unseren Raum ganz der entspannten Atmosphäre widmen und bitten daher um eine laptopfreie Zone.

Vielen Dank für euer Verständnis und Rücksichtnahme.

Netzwerk: Helma Guest
Passwort: Helma2024

Preysingstraße 18 · 81667 München
contact@helma-cafe.com · www.helma-cafe.com