

Helma

CAFÉ & TAGESBAR



Helma ist ein bargeldloses Café - card only

HEISSGETRÄNKE

Helma's Filterkaffee hot/iced	3,20 €
Espresso	2,10 €
Doppio (doppelter Espresso)	3,90 €
Espresso macchiato	2,60 €
Doppio macchiato	4,30 €
Americano hot/iced	3,70 €
Cappuccino hot/iced	3,90 €
Cappuccino groß hot/iced	5,40 €
Café au lait (bol) hot/iced	5,20 €
Cortado	3,70 €
Flat white hot/iced	4,80 €
Heiße Schokolade hot/iced	4,30 €
Heiße Ovomaltine hot/iced	4,60 €
Heiße weiße Schokolade mit Himbeertopping	5,30 €
Heiße Milch	3,40 €
Heiße Milch mit Honig	3,90 €
Matcha Latte hot/iced	4,80 €
Hojicha Latte (gerösteter Grüntee) hot/iced	4,80 €
Glas Tee	3,90 €
Kanne Tee	6,90 €
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 (Hafermilch)	4,80 €
Frische Minze	3,80 €
Frischer Ingwer	3,80 €
Frische Minze mit Ingwer	3,80 €
Frischer Ingwer mit Honig	4,40 €
Heiße Zitrone	3,80 €
Heiße Zitrone mit Honig	4,40 €
Oh Rose! (Heißer O-Saft mit Vanille und Rose)	5,30 €
Kurkuma Latte	5,20 €
HoMi (frischgepresster heißer O-Saft mit Ingwer)	6,30 €
Affogato	4,80 €

Frage gerne nach unseren Alternativen zu Kuhmilch

*Bei Allergien, Unverträglichkeiten oder Zusatzstoffen hilft dir unser Servicepersonal mit der Allergienkarte 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), Pfirsich (Nektar), Grapefruit	
Saftschorle 0,25l	4,30 €
Saftschorle 0,5l	5,90 €

WASSER

Adelholzener Classic 0,25l	2,90 €
Adelholzener Classic 0,75l	6,20 €
Adelholzener Classic naturell 0,25l	2,90 €
Adelholzener Classic naturell 0,75l	6,20 €

ERFRISCHENDES

Plose Aranciata 0,25l	3,80 €
Plose Limonata 0,25l	3,80 €
Paulaner Spezi 0,33l	3,80 €
Coca Cola 0,2l	3,50 €
Coca Cola Zero 0,2l	3,50 €
Ginger Ale (Aqua Monaco) 0,23l	4,20 €
Mandarin Chinotto (Aqua Monaco) 0,23l	4,40 €
Grapefruit (Aqua Monaco) 0,23l	4,40 €
Elephant Bay Ice Tea Peach 0,33l	4,90 €
Elephant Bay Ice Tea Watermelon 0,33l	4,90 €
Kombucha FIRST8 (wechselt saisonal, wir beraten gerne) 0,33l	5,90 €

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

*Alle Preise gelten inkl. MwSt.

*Helma ist bargeldlos - Card only

BIER

Maxl Helles 0,5l	5,20 €
Maxl Helles alkoholfrei 0,5l	5,20 €
Maxlrainer Leo Weisse 0,5l	5,20 €
Maxlrainer Engerl Weisse 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 €
--------------------------	--------

*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	3,40 €
	Butter, Marmelade	4,90 €
	Ricotta, Marmelade	6,20 €
	Schoko-Nuss-Creme	4,90 €
	Schinken	5,10 €
Pain & Œuf	Genetztes Brot (Weizen, Roggen), Butter & Bio Ei	5,60 €
Overnight Bircher	mit Früchten, Chiasamen, Kokos- Mandelmilch, Kürbiskerne, Haferflocken (vegan)	8,90 €
Hausgemachtes Granola	mit Joghurt, Früchten, Pekannüsse, Kürbiskerne, Haferflocken, Karotten (auch vegan mit Kokosjoghurt möglich)	8,90 €
Bio-Joghurt & Honig	Gläschen Bio-Naturjoghurt & Honig	4,50 €
Baguette	von Claude & Julien	
	Butter und Marmelade	5,20 €
	Schinken, Salat, Tomaten, Dijon Senf	8,90 €
	Brie, Salat, Schnittlauch	8,90 €
	Cremige Bohnen, Salat, Tomaten, Liebstöckel, Schnittlauch (vegan)	8,90 €
Helmas Waffeln	hausgemacht	
	Solo mit Puderzucker	5,30 €
	Zimt und Zucker	5,60 €
	Apfelmus	5,90 €
	Bio-Wald Heidelbeeren und Sahne	7,90 €
Portion Sahne		1,00 €
Frühstücksshot	Apfel, Orange, Acerola, Ingwer, Zitrone, Mango	1,90 €
Omelette André	Bio-Ei, Cheddar, Baguette Alternativen: Kirschtomaten, Pilze, Schinken je 1,00 € als add-on, Ersatz kostet nicht mehr	7,90 €
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	mit Edamole (Bohnenpaste aus Edamame)	6,90 €
	mit cremigen weißen Bohnen und Liebstöckel	6,90 €
	halb/halb	6,90 €
	plus Bio-Ei	2,50 €
Eiersandwich – tamago sando	Bäckertoast vom Bäcker Neulinger, Eiersalat, Bio-Ei	10,90 €
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	15,90 €
Käse-/Salamiplatte	mit Baguette oder Genetztem als Hauptspeise allein oder auch als Snack zum Teilen	15,90 €
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	5,30 €
	Zimt und Zucker	5,60 €
	Apfelmus	5,90 €
	Bio-Waldheidelbeeren und Sahne	7,90 €
Portion Sahne		1,00 €

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

*Alle Preise gelten inkl. MwSt.

*Helma ist bargeldlos – Card only

GENUSS & APÉRO

Helmut Wermut (rosé/weiß) auf Eis	5,40 €
Wermut gespritzt mit Prosecco	7,90 €
Helmas Espresso Martini	8,90 €
Yuzu Prosecco auf Eis	6,90 €
Halleluja (gespritzter Weißer mit Ingwer)	6,90 €
Mimosa (Prosecco-Orange)	6,90 €
Mimosa (Prosecco-Grapefruit)	6,90 €
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	2,50 €
...unsere Käseplatte eignet sich auch perfekt für Apéro mit Baguette oder Genetztem als Hauptspeise allein oder Snack zum Teilen	15,90 €
...unsere Käse-/Salamiplatte eignet sich auch perfekt für Apéro mit Baguette oder Genetztem als Hauptspeise allein oder auch als Snack zum Teilen	15,90 €

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

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



SAISONALE ERFRISCHUNGEN

Sonne im Glas

Hausgemachter Pfirsicheistee mit Rosmarin (Schwarztee-Basis)	5,90 €
Hausgemachter Minz-Eistee mit Zitrone (Minz-Basis)	5,20 €
Hausgemachte Rhabarber-Holunderblütenlimonade	5,90 €
Hausgemachte Holunderblüten-Ingwerlimonade	5,90 €
Helmas Kräuterspritz (Prosecco, Kräuterlikör, Ginger Ale)	7,90 €
Helmas Rosenspritz (Prosecco, hausgemachter Rosen-Erdbeersirup, Soda)	7,90 €
Paloma (Tequila, Aqua Monaco Grapefruit)	8,90 €
Mandarin Spritz (Prosecco, Aqua Monaco Mandarin Chinotto)	7,90 €



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

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



CAFÉ & TAGESBAR



ÖFFNUNGSZEITEN

Montag, Donnerstag bis Sonntag 10:00-20:00 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