

TOM & SALLY'S®

Quick Fresh Food

**Sommer-
karte**

**Gültig 6.4 bis
31.10.2021**

Salatbars & Lieferservice

Gießen • Wetzlar • Wiesbaden • München

So läuft's bei uns ab

1. Wähle die Basis

Salat, Ofenkartoffel oder Wrap-Fladen – ab jetzt sind ALLE Tom & Sally's Salate auch als Farmergold oder Wrap möglich!

Salat-Combo®



Salat + Dressing + Baguette

Tom & Sally's Salat-Combo: knackiger Salat-Mix mit leckeren Toppings, außergewöhnlichem Dressing und ofenfrischer Baguette-Stange jeweils separat dazu.

Farmergold®



Gefüllte Ofenkartoffel + Dressing

Die warme „Salat-Kartoffel!“ mit Creme-Quark, leckeren Toppings und außergewöhnlichem Dressing zum Verfeinern separat dazu.

Wrap



Gefüllter Weizenfladen (inkl. Dressing)

Unsere Salate gerollt für „auf die Hand“ – mit knackigem Salat-Mix, leckeren Toppings, veganer Salat-Creme und außergewöhnlichem Dressing verfeinert.

2. Wähle deine Sorte

z. B. Chicken Fitness

Was ist deine Lieblings-Sorte?

Wir haben für jeden Geschmack etwas dabei – vegan, vegetarisch, mit Fleisch, mit Fisch, süß oder salzig!

3. Wähle dein Dressing

z. B. Tomaten-Vinaigrette

Mach es dir leicht: nimm einfach unseren Dressing-Tipp dazu oder wähle nach deinem eigenen Geschmack und probier dich durch zahlreiche Kombinationsmöglichkeiten.

Wir bei T & S finden, ...

... dass der Weg zu einem leichteren Leben viel mit Bauchsache und Lockerheit zu tun hat!

Denn wenn's mal stressig wird, hilft nur ein kühler Kopf, den Spaß nicht vergessen und einfach: MACHEN. Bei all der Hektik muss es dann aber auch öfter mal mit dem Essen schnell gehen, wobei wir alle auf Dauer weder mit Junk-Food noch mit verkramptem Kalorienzählen glücklich werden. Viel entspannter wäre es doch mit schnellem, frischem Essen, das alles etwas leichter macht, richtig?

Deswegen und genau dafür gibt es uns:

TOM & SALLY'S
Quick Fresh Food

Salat-Combos[®]



Die unschlagbaren Originale

Tom & Sally's Salat-Combo: knackiger Salat-Mix mit leckeren Toppings, außergewöhnlichem Dressing und ofenfrischen Baguette-Stangen (hell oder dunkel, Baguette special 0,50 € Aufpreis) jeweils inklusive (separat dazu).

Vegan

Vegetarisch

Sunny Garden

Rucola, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne,

Salat-Mix, Gemüse-Mix, Cherrytomaten

DRESSING-TIPP:

Orangen-Senf-Vinaigrette

#letthesunshinein #backtobasics



Combo
5,90 €

Vitamin Plus

Hirtenkäse^L (Kuhmilch), Spinat, Sonnenblumenkerne,

Salat-Mix, Gemüse-Mix, Cherrytomaten, Schnittlauch

DRESSING-TIPP:

Kartoffel-Schnittlauch-Vinaigrette^S

#veggiesbest #goodgreens



Combo
7,70 €

NEU

Vegan Barbecue

Grillgemüse-Mix (gegrillte Karotten, Paprika, Zucchini und Süßkartoffeln),

Cashewkerne^{N(f)}, Petersilie, Salat-Mix, Cherrytomaten

DRESSING-TIPP:

Karotten-Vinaigrette¹

#grillnchill #govegan



Combo
7,90 €

Berry Gourmet

Himbeeren, Ziegenfrischkäse^L, Kürbiskerne, Rucola,

Salat-Mix, Gemüse-Mix, Cherrytomaten

DRESSING-TIPP:

Himbeer-Vinaigrette^{7,U}

#inberryveritas #fortheladies



Combo
8,20 €

Green Zensation

Sushi-Reis, Avocado^{7,U}, Sesam-Mix, Nori-Blätter,

Salat-Mix, Paprika, Gurke, Cherrytomaten

DRESSING-TIPP:

Soja-Wasabi-Vinaigrette^{1,2,G(a),S}

#konnichiwow #enjoyandbezen



Combo
7,90 €

Wenn du es genauer wissen willst:

Salat-Mix: verschiedene Blattsalate (Eisberg, Lollo Rosso, Chinakohl, Radicchio, Frisée) zu unterschiedlichen Anteilen, saisonal wechselnd. Gemüse-Mix: Karotte, Mais, Gurke und Paprika zu unterschiedlichen Anteilen, saisonal wechselnd. Nuss-Mix: Erdnüsse, Cashewkerne, Walnüsse und Haselnüsse zu unterschiedlichen Anteilen. Durch gemeinsame Zubereitungsprozesse kann die Übertragung von Spuren einzelner Zutaten auch auf andere Produkte nicht ausgeschlossen werden. Alle Produkte unseres Sortiments sind Angebote. Die Summe der Einzelzutaten ist preislich höher. Sonderwünsche oder eigene Zusammenstellungen werden individuell berechnet. Alle Abbildungen Serviervorschlag. Enthält: 1 Antioxidationsmittel, 2 Farbstoff, 3 Konservierungsstoff, 4-Geschmacksverstärker, 5-Süßungsmittel, 6 geschwärzt, 7 geschwefelt, L Lactose, E Ei, S Senf, G Gluten (a Weizen, b Roggen, c Gerste, d Hafer), K Krebstiere, F Fisch, U Sulfite, N Nüsse (e Erdnüsse, f Cashewkerne, g Walnüsse, h Haselnüsse, i Mandeln), SL Sellerie, SE Sesam.

Salat-Combos[®]



Fleisch

Chicken Fitne

Hähnchenbrustfilet,
Nuss-Mix^{N(e,f,g,h)}, Gouda^L,
Salat-Mix, Gemüse-Mix, Cherry-
tomaten, Ei, Schnittlauch

DRESSING-TIPP:
Tomaten-Vinaigrette

#letsgetnuts #bestseller



Combo
8,20
€

Chicken Caesar

Hähnchenbrustfilet,
Hartkäse^{E,L}, Croutons^{G(a)},
Römersalat,
Salat-Mix, Cherrytomaten

DRESSING-TIPP:
Caesar-Dressing^{E,L,S}

#worldsfav #highfivecardini



Combo
7,90
€

NEU und neuer Name (ehemals „Sunny Spring“)

Chicken Primavera

Hähnchenbrustfilet,
Mozzarella^L, Frühlingszwiebeln
Salat-Mix, Gemüse-Mix,
Cherrytomaten, Ei

DRESSING-TIPP:
Honig-Senf-Joghurt-Dressing^{E,L}

#letthesunshinein #honeybunny



Combo
7,90
€

Die unschlagbaren Originale

Tom & Sally's Salat-Combo: knackiger Salat-Mix mit leckeren Toppings, außergewöhnlichem Dressing und ofenfrischen Baguette-Stangen (hell oder dunkel, Baguette special 0,50 € Aufpreis) jeweils inklusive (separat dazu).

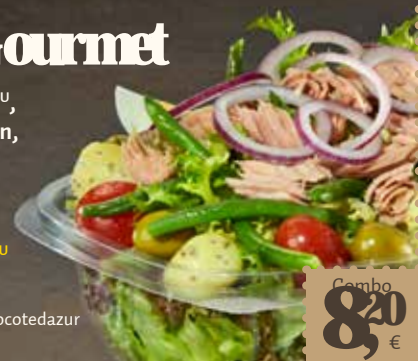
Fisch/Special

Riviera Gourmet

Thunfisch, Kartoffeln^{7,U},
Prinzessbohnen, Oliven,
rote Zwiebeln,
Salat-Mix, Cherrytomaten, Ei

DRESSING-TIPP:
Dijon-Kräuter-Vinaigrette^{1,7,S,U}

#haveanicesalad #greetingstocotedazur



Combo
8,20
€

Salat-Combo[®] des Monats

Jeden Monat hauen wir ein
neues saisonales Salat-
Highlight inkl. Dressing raus!

Das aktuelle Angebot findest
du auf shop.tom-sallys.de,
auf unseren Social Media-
Seiten und in den Salatbars.

Foto = Beispiel-Foto Indian Summer.



Sonderwünsche

Falls du auch, wie unser Grafiker, keine Himbeeren im Salat magst oder z. B. auf Erdnüsse allergisch reagieren solltest, kannst du natürlich auch Zutaten um- oder abbestellen*.

Wir bereiten dir auch gerne einen Salat nach deinem individuellen Style zu – sag uns einfach, worauf du heute Lust hast.

*Sonderwünsche oder eigene Zusammenstellungen werden individuell berechnet. Bei Abbestellungen von Zutaten und/oder Dressing/Baguette kein Preisnachlass.

Farmergold®

Gefüllte Ofenkartoffel + Dressing

Die warme „Salat-Kartoffel“ mit Creme-Quark, leckeren Toppings und außergewöhnlichem Dressing zum Verfeinern inklusive (separat dazu).

..... **vegan** optional

Sunny Garden 4,90€

Rucola, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne,
Ofenkartoffel^{7,U}, Creme-Quark^L (abbestellen für vegan!),
Gemüse-Mix, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Orangen-Senf-Vinaigrette

NEU **Vegan Barbecue** 6,90€

Grillgemüse-Mix (gegrillte Karotten, Paprika, Zucchini,
Süßkartoffeln), Cashewkerne^{N(f)}, Petersilie,

Ofenkartoffel^{7,U}, Creme-Quark^L (abbestellen für vegan!), Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Karotten-Vinaigrette²

Gr n Zensation 6,90€

Sushi-Reis, Avocado^{7,U}, Sesam-Mix, Nori-Blätter,

Ofenkartoffel^{7,U}, Creme-Quark^L (abbestellen für vegan!), Paprika, Gurke,
Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Soja-Wasabi-Vinaigrette^{1,2,4,9,15}

..... **Vegetarisch**

Vitamin Plus 6,70€

Hirtenkäse^L (Kuhmilch), Spinat, Sonnenblumenkerne,

Ofenkartoffel^{7,U}, Creme-Quark^L, Gemüse-Mix, Cherrytomate, Schnittlauch

DRESSING-TIPP: Kartoffel-Schnittlauch-Vinaigrette⁵

Be y Gourmet 7,20€

Himbeeren, Ziegenfrischkäse^L, Kürbiskerne, Rucola,

Ofenkartoffel^{7,U}, Creme-Quark^L, Gemüse-Mix, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Himbeer-Vinaigrette^{7,11}



Separates
T&S Dressing
inklusive!



..... **Fleisch**

Chicken Fitne 7,20€

Hähnchenbrustfilet, Nuss-Mix^{N(e,f,g,h)}, Gouda^L,

Ofenkartoffel^{7,U}, Creme-Quark^L, Gemüse-Mix, Cherrytomate, Schnittlauch

DRESSING-TIPP: Tomaten-Vinaigrette

Chicken Caesar 6,90€

Hähnchenbrustfilet, Hartkäse^{E,L}, Croutons^{G(a)}, Römersalat,

Ofenkartoffel^{7,U}, Creme-Quark^L, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Caesar-Dressing^{6,13}

NEU **Chicken Primavera** 6,90€

Hähnchenbrustfilet, Mozzarella^L, Frühlingszwiebeln,

Ofenkartoffel^{7,U}, Creme-Quark^L, Gemüse-Mix, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Honig-Senf-Joghurt-Dressing^{8,14}

..... **Fisch**

Riviera Gourmet 7,20€

Thunfisch, Prinzessbohnen, Oliven, rote Zwiebeln,

Ofenkartoffel^{7,U}, Creme-Quark^L, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Dijon-Kräuter-Vinaigrette^{10,12}

..... **Special**

Farmergold des Monats

Das aktuelle Angebot findest du auf shop.tom-sallys.de,
auf unseren Social Media-Seiten und in den Salatbars.

DRESSING-TIPP: Dressing des Monats

Dre ings

Vegan

- Orangen-Senf-Vinaigrette** fruchtig-pikant
- Karotten-Vinaigrette¹** delik特-würzig
- Soja-Wasabi-Vinaigrette^{1,2,6(a),5}** delik特-salzig (leicht scharf)
- Kartoffel-Schnittlauch-Vinaigrette⁵** herzhaft-pikant
- Himbeer-Vinaigrette^{7,U}** fruchtig-süß-säuerlich
- Tomaten-Vinaigrette** würzig-pikant
- Dijon-Kräuter-Vinaigrette^{1,7,5,U}** pikant-säuerlich
- Tomaten-Chili-Vinaigrette²** würzig-scharf

Vegetarisch

- Caesar-Dressing^{E,L,S}** herzhaft-cremig
- Honig-Senf-Joghurt-Dressing^{E,L}** cremig-süß-pikant
- Kräuter-Joghurt-Dressing^{E,L,S}** cremig-mild
- Dressing des Monats** saisonal laut Aushang (vegan/vegetarisch)

Menü-Deal

Dazu nehmen und im Menü sparen!

Zu Salat-Combo, Pasta-Salat, Farmergold und Wrap passt perfekt ein fruchtiges Tom & Sally's Dessert, frisch gepresster T&S Saft oder ein kühles Getränk von Adelhöfzener!

Wähle max. ein Produkt je Kategorie dazu.



Dessert nur
+1,90 €

Saft nur
+1,90 €



Getränk nur
+1,00 €

* zzgl. 0,15 € Pfand
** zzgl. 1,00 € Pfand für Flasche mit Deckel

T & S Deals der Woche!

Jede Woche aus dem Standard-Programm im Wechsel zum Sparpreis: eine Sorte (wie z. B. Vitamin Plus) als Salat-Combo, Farmergold und Wrap günstiger.

Salat-Combo® der Woche



für nur
6,50 €

Farmergold® der Woche



für nur
5,50 €

Wrap der Woche



für nur
4,50 €

Das aktuelle Angebot findest du auf shop.tom-sallys.de, auf unseren Social Media-Seiten und in den Salatbars.

Wraps

Gefüllter Weizenfladen (inkl. Dressing)

Unsere Salate gerollt für „auf die Hand“ – mit knackigem Salat-Mix, leckeren Toppings, veganer Salat-Creme und außergewöhnlichem Dressing verfeinert.



Mit T&S Dressing verfeinert!



..... vegan

Sunny Garden 3,90€

Rucola, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Wrap-Fladen^{3,6(a)}, vegane Salat-Creme¹, Salat-Mix, Gemüse-Mix, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Orangen-Senf-Vinaigrette

NEU **Vegan Barbecue** 5,90€

Grillgemüse-Mix (gegrillte Karotten, Paprika, Zucchini, Süßkartoffeln), Cashewkerne^{N(f)}, Petersilie,

Wrap-Fladen^{3,6(a)}, vegane Salat-Creme¹, Salat-Mix, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Karotten-Vinaigrette²

Grün Zensation 5,90€

Sushi-Reis, Avocado^{7(u)}, Sesam-Mix, Nori-Blätter,

Wrap-Fladen^{3,6(a)}, vegane Salat-Creme¹, Salat-Mix, Paprika, Gurke, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Soja-Wasabi-Vinaigrette^{3,2,9,14}

..... Vegetarisch

Vitamin Plus 5,70€

Hirtenkäse^L (Kuhmilch), Spinat, Sonnenblumenkerne,

Wrap-Fladen^{3,6(a)}, vegane Salat-Creme¹, Salat-Mix, Gemüse-Mix, Cherrytomate, Schnittlauch

DRESSING-TIPP: Kartoffel-Schnittlauch-Vinaigrette⁹

Berry Gourmet 6,20€

Himbeeren, Ziegenfrischkäse^L, Kürbiskerne, Rucola,

Wrap-Fladen^{3,6(a)}, vegane Salat-Creme¹, Salat-Mix, Gemüse-Mix, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Himbeer-Vinaigrette^{7(u)}

..... Fleisch

Chicken Fitne 6,20€

Hähnchenbrustfilet, Nuss-Mix^{N(e,f,g,h)}, Gouda^L,

Wrap-Fladen^{3,6(a)}, vegane Salat-Creme¹, Salat-Mix, Gemüse-Mix, Cherrytomate, Schnittlauch

DRESSING-TIPP: Tomaten-Vinaigrette

Chicken Caesar 5,90€

Hähnchenbrustfilet, Hartkäse^{E,L}, Croutons^{G(a)}, Römersalat,

Wrap-Fladen^{3,6(a)}, vegane Salat-Creme¹, Salat-Mix, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Caesar-Dressing^{1,4,5}

NEU **Chicken Primavera** 5,90€

Hähnchenbrustfilet, Mozzarella^L, Frühlingszwiebeln,

Wrap-Fladen^{3,6(a)}, vegane Salat-Creme¹, Salat-Mix, Gemüse-Mix, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Honig-Senf-Joghurt-Dressing^{6,4}

..... Fisch

Riviera Gourmet 6,20€

Thunfisch, Kartoffeln^{7(u)}, Prinzessbohnen, Oliven, rote Zwiebeln,

Wrap-Fladen^{3,6(a)}, vegane Salat-Creme¹, Salat-Mix, Cherrytomate

DRESSING-TIPP: Dijon-Kräuter-Vinaigrette^{1,7,5,11}

..... Special

Wrap des Monats

Das aktuelle Angebot findest du auf shop.tom-sallys.de, auf unseren Social Media-Seiten und in den Salatbars.

DRESSING-TIPP: Dressing des Monats

Pasta-Salate

Kalte Nudel-Varianten à la T&S

Eine energiegeladene Abwechslung zu den grünen Salat-Combos: Pasta-Salate. Die frischen Sattmacher sind bereits lecker mit Dressing angemacht (ohne Baguette).

..... Vegetarisch

Pasta Verde

Geröstete Pinienkerne und
Walnüsse, Hartkäse^{E,L},
Penne^{G(a)}, Rucola, Cherry-
tomaten, Salz und Pfeffer

BEREITS ANGEMACHT MIT:
Olivenöl und Basilikum

#pestoalat&s #welovegreen



Pasta-Salat
6,90 €

..... Fleisch

Pasta Royal

Hähnchenbrustfilet, Mozzarella^L,
getrocknete Tomaten, Oliven^G,
Penne^{G(a)}, Rucola, Kräuter der
Provence, Salz und Pfeffer.

BEREITS ANGEMACHT MIT:
Heller Balsamico-Vinaigrette^{7,U}

#pastanumberone #fürdiechickeria



Pasta-Salat
6,90 €

Menü-Deal

Getränk **+1,00** €

Dazu nehmen und sparen! Saft/Dessert **+1,90** €

Nachhaltiger verpacken

„Der Mehrweg ist das Ziel ...“

Mehrweg-Pfandsystem

Seit 2020 bieten wir auch zusätzlich nachhaltige Mehrwegschalen in unserem eigenen Pfandsystem an.

Es funktioniert ganz easy: **je Schale inkl. Deckel 10 € Pfand** (identischer Produktpreis/Inhalt bei Ein-/Mehrweg), nach Benutzung ausspülen, einwandfrei und sauber wieder abgeben, wir reinigen dann noch mal hygienisch, Pfand zurück oder besser: neue, frisch befüllte Schale im Austausch holen ;-)

Hard facts zur Mehrwegschale:

Aus Hartplastik, spülmaschinenfest, BPA- und schadstofffrei, mikrowellengeeignet (Deckel nicht!), TK-geeignet, made in Holland, langlebig und am Ende zu 100 % recycelbar.



Pfand
10 €

Einwegverpackungen

Unsere Salat-Einwegschalen sind seit 2020 aus **rPET (bereits recycelter PET-Kunststoff)**. Dieses Material ist nach unserem aktuellen Kenntnisstand und nach langer Recherche für unsere Salate die aktuell beste Lösung und für den Recycling-Kreislauf besser geeignet als Verbundstoffe & Co.

Auch bei allen weiteren Verpackungen werden wir mit der Zeit, auf eine nachhaltigere Lösung wechseln, sobald wir eine bessere Alternative gefunden haben – Hand drauf!

De erts

Im Menü
+1,90 €



Tiramisa y (vegetarisch) je Sorte **2,90** €

Tiramisally ist Tom & Sally's fruchtig-cremige Tiramisu-Interpretation – natürlich ohne Alkohol und rohem Ei – dafür mit viel Frucht und süßem Biskuit im Inneren. Saisonal verschiedene Sorten. Enthält: E,G(a),L

Frucht-Mix (vegan) **2,90** €

Saisonale Früchte – frisch geschnitten Enthält: 7,U

De ert im Menü **1,90** €

Extras

Baguette-Stange hell^{G(a,b,c)} (vegan) **1,30** €

Baguette-Stange dunkel^{G(a,b,c)} (vegan) **1,30** €

Baguette-Stange special saisonal laut Aushang **1,80** €

Ofenkartoffel^{7,U} (vegan) **1,50** €

Wrap-Fladen^{3,G(a)} (vegan) **1,50** €

Dressing alle Sorten, siehe Liste **1,50** €

Säfte & Getränke

O'Fresh Orange (vegan) +1,00 € Pfand **2,90** €

Fresh ACE Orange, Karotte, Apfel (vegan) +1,00 € Pfand **2,90** €

Sally Green Mango, Apfel, Spinat (vegan) +1,00 € Pfand **2,90** €

Saft des Monats saisonal laut Aushang +1,00 € Pfand **2,90** €

Saft im Menü (vegan) **1,90** € **+1,00 € Pfand

Adelholzener verschiedene Sorten +0,15 € Pfand. Je Sorte **1,85** €

Adelholzener im Menü +0,15 € Pfand. Je Sorte **1,00** €

Im Menü
+1,90 €

FrISCHE Säfte

Tom & Sally's „Cold Pressed Juice“ – heißt, wir verwenden rohes Obst und Gemüse. Kein zugesetzter Zucker oder Pasteurisiertes. Frisch gepresst für besten Vitamingehalt und Geschmack.



TOM & SALLY'S®

Quick Fresh Food

Gießen

Bleichstraße 23 · 35390 Gießen
T 0641 9721573 · giessen@tom-sallys.de

Gießen (im Bahnhofsgebäude)

Bahnhofstraße 102 · 35390 Gießen
T 0641 98386866 · giessen-bhf@tom-sallys.de

Wetzlar

Karl-Kellner-Ring 45 · 35576 Wetzlar
T 06441 5672792 · wetzlar@tom-sallys.de

Wiesbaden

Bismarckring 1 · 65183 Wiesbaden
T 0611 20547720 · wiesbaden@tom-sallys.de

München (nur Lieferservice)

Hilblestraße 10 · 80636 München
T 089 28858800 · muenchen@tom-sallys.de

Alle aktuellen Öffnungszeiten findest du immer online!

Bestell in unserem Webshop unter:
shop.tom-sallys.de

  [tomundsallys](https://www.instagram.com/tomundsallys)

Zahle im Webshop mit (oder auch old school bei Lieferung in bar):



Bei Kauf in der Salatbar: bar, EC, sodexo, Edenred

Alle Angebote täglich solange der Vorrat reicht. Alle Preise inklusive gesetzlicher MwSt. in Euro. Für Druckfehler keine Haftung. Änderungen vorbehalten.
Alle Preise verlieren mit Erscheinen einer neuen Speisekarte ihre Gültigkeit.
Stand: April 2021.