

jour *Healthy by nature*

ALL GREEN

BABY KALE CÆSAR 8.90€
Batavia + baby kale,
poulet fermier, Grana Padano AOP,
tomates cerise allongées, croûtons,
oignons frits, sauce Cæsar. **527 Kcal**

CHICKEN AVOCADO 11.50€
Batavia + mélange de pousses,
poulet fermier, tomates cerise allongées,
maïs bio, avocat frais, mix de poivrons rôtis,
oignons rouges pickles, ciboulette,
sauce Sweet Chili. **471 Kcal**

MEDITERRANEAN MIX 9.50€
Mélange de pousses + pousses d'épinard,
kale bio mariné, tomates cerise allongées,
concombre, feta AOP, houmous,
oignons rouges pickles, chips de pita,
sauce Tahini. **437 Kcal**

SUPER COBB 12.50€
Batavia + pousses d'épinard,
poulet fermier, bacon fumé, avocat frais,
œuf dur bio, tomates cerise allongées,
maïs bio, sauce Blue Cheese. **726 Kcal**

ASIAN CRUNCH 10.30€
Batavia + roquette,
crevettes rôties, carotte, concombre,
pousses de soja, cacahuètes pilées,
coriandre, sauce Thaï. **357 Kcal**

PÂTES & GRAINES

GREEN PASTA 11.50€
Pâtes bio + roquette,
jambon fumé, mozzarella di Bufala,
tomates cerise allongées,
courgettes rôties, noisettes bio,
ciboulette, sauce Pesto. **538 Kcal**

SAUMON SOBA 11.30€
Nouilles soba + baby kale,
saumon rôti, carotte, brocolis,
pousses de soja, edamames,
mix de graines, sauce Miso. **494 Kcal**

QUINOA BOWL 9.90€
Quinoa,
tomates cerise allongées,
minis betteraves, brocolis, chèvre frais bio,
carotte, pois chiche bio, coriandre,
sauce Olive & Citron. **616 Kcal**

RECETTES D'AUTOMNE

INDIAN SUMMER 8.50€
Quinoa + mélange de pousses,
houmous, carottes colorées rôties,
concombre, pois chiche bio, chips de pita,
raisins secs bio, coriandre, sauce Olive
& Citron. **550 kcal**

YOGA POT 10.10€
Batavia + baby kale,
lentils veggie balls, butternut rôtie, feta AOP,
carottes colorées rôties, coriandre, gomasio
bio, sauce Maca. **545 kcal**

GREEN DREAM 11.20€
Trio de riz bio + pousses d'épinard,
poulet fermier, champignons rôtis,
tomme fermière au poivre vert, tomates
cerise allongées, raisins frais, ciboulette,
sauce Jour. **525 kcal**

GOAT THE POWER 10.50€
Feuille de chêne + mâche,
bacon fumé, chèvre frais bio, poire bio,
radis rose, noix bio, ciboulette, sauce UK.
487 kcal

GLUTEN FREE
LACTOSE FREE
VEGGIE

SALADE SUR MESURE

5.90€

1 BASE simple ou duo (extra 1.10€)
Salades, céréales ou pâtes bio

+ 3 TOPPINGS ESSENTIEL au choix (extra 0.50€)

Tomates cerise allongées	Maïs bio	Basilic
Concombre	Pois chiche bio	Oignons rouges
Carottes rapées	Petites olives noires	pickles
Carottes colorées rôties new	Raisins secs bio	Croûtons
Butternut rôtie new	Poire bio new	Chips de pita
Radis rose	Raisin frais new	Cacahuètes
Brocolis vapeur	Oignons frits	Amandes bio
Pousses de soja	Mix de graines bio	Noisettes bio
Kale bio mariné	Coriandre	Gomasio bio new
Champignons de Paris	Ciboulette	Noix bio new

+ 1 SAUCE au choix

Jour : huile de colza, vinaigre de Xérès, moutarde.
Cæsar : huile d'olive, parmesan, ail, moutarde, anchois, œuf.
Blue Cheese : bleu de Bresse, yaourt grec, œuf, ail.
Thaï : huile de sésame, sauce soja.
Miso : huile de sésame, vinaigre de riz, miso rouge, sauce soja, mirin, jus de citron vert.
Sweet Chili: fromage blanc, jalapeño, coriandre.
Tahini : huile de colza, purée de sésame, jus de citron.
UK : huile de colza, moutarde, sauce Worcester, miel.
Olive & Citron : huile d'olive, jus de citron.
Détox : huile d'olive, jus de citron, persil.
Pesto : huile d'olive, vinaigre de Xérès, pesto.
Olive & Balsamique : huile d'olive, vinaigre balsamique.
Maca : huile d'olive, vinaigre de cidre, poudre de Maca. **new**

TOPPINGS PREMIUM

LÉGUMES & FRUITS

Houmous	1.20€
Mix de poivrons rôtis	1.20€
Courgette rôtie	1.20€
Minis betteraves	1.20€
Chou-fleur rôti new	1.20€
Champignons rôtis new	1.20€
Edamames	1.50€
Graines germées new	1.50€
Avocat frais	1.50€
Lentils veggie balls new	1.90€

FROMAGES

Chèvre frais bio	1.90€
Feta AOP	1.90€
Mozzarella di Bufala	1.90€
Comté AOP 12 mois	1.90€
Grana Padano AOP	1.90€
Tomme fermière au poivre vert new	1.90€

PROTÉINES

Œuf dur bio	1.20€
Tofu fumé new	1.90€
Jambon blanc	2.10€
Jambon fumé	2.50€
Bacon fumé	2.50€
Poulet fermier	2.50€
Filet de thon	2.50€
Saumon rôti	3.50€
Crevettes rôties	3.50€

D'AUTRES ENVIES

SANDWICHES

SMOKED SALMON SANDWICH 3.90€	Pain brioché, saumon fumé, crème fouettée, citron, aneth, pousses d'épinard.
PASTRAMI LOVER SANDWICH 4.10€	Pain brioché, pastrami, mimolette, pousses d'épinards, sauce au fromage blanc.
BACON & EGG SANDWICH 3.60€	Pain brioché, bacon, œuf, ciboulette, sauce moutardée
HAM & GOAT CHEESE SANDWICH 3.90€	Pain brioché, jambon cru, chutney de figue, fromage de chèvre frais, roquette.
ROSETTE SANDWICH 3.70€	Pain moricette, rosette, cornichons & beurre.
TURKEY & MIMOLETTE SANDWICH 3.90€	Pain moricette, dinde, mimolette, pousses d'épinards, sauce moutardée.

TARTES

TARTE SAUMON FUMÉ ÉPINARDS 7.90€	Du saumon, des épinards, des œufs et de la crème sur une pâte brisée au cheddar. Accompagnée d'une petite salade verte.
TARTE LORRAINE new 7.90€	Du bacon, des oignons caramélisés, des œufs et de la crème sur une pâte brisée au cheddar. Accompagnée d'une petite salade verte au choix.
TARTES TOMATES RICOTTA 7.90€	Des tomates cerise, de la ricotta, des œufs et de la crème sur une pâte brisée au cheddar. Accompagnée d'une petite salade verte.

DESSERTS

MUFFIN 3.00€	Muffin moelleux fruits rouges, chocolat ou pomme & cannelle ☺
MINIS MADELEINES 2.30€	Déclinaisons de la recette originale en versions miniatures: nature, chocolat ou citron
COOKIE 2.10€	Moelleux, fondant, délicieux et généreusement truffé de pépites de chocolat au lait, noir ou blanc
COMPOTE & CRUMBLE 3.90€	Compote du moment recouverte d'un crumble croustillant. Encore un dur au cœur tendre.
STARLIGHT AUX FRUITS ROUGES 3.90€	Mousse vanillée au fromage blanc 0% sucrée à l'aspartame et aux fruits rouges.
MANGO & COCO CHIA PUDDING 3.10€	Graines de chia, lait de coco, mangue.
RIZ AU LAIT new 3.90€	caramel beurre salé.

WRAP JAMBON & COMTÉ 5.80€	Galette de blé aux céréales, jambon blanc, comté, batavia, cornichons, mayonnaise moutardée.
WRAP CÆSAR 5.90€	Galette de blé à la tomate, poulet, Grana Padano, tomates, batavia, mayonnaise, sauce caesar.
WRAP THAÏ PULLED PORK 5.90€	Galette de blé aux céréales, porc mariné et confit, tomates, chou rouge, chou chinois, carottes, coriandre, sauce asiatique.
WRAP LIBANAIS new 5.90€	Galette de blé aux céréales, falafel, concombres, navet mariné, pois chiche, houmous, menthe, pousses d'épinard.
WRAP PULLED BEEF 5.90€	Galette de blé aux céréales, pulled beef, chou rouge, chou blanc, carottes, sauce Barbecue.

SNACKING

CRACKERS MULTIGRAINES new 1.10€	
CRACKERS FROMAGE ET GRAINES DE COURGE new 1.10€	
CHIPS TEN ACRE 2.00€	Sel, sel et vinaigre ou poulet.
CHIPS «EMILLY FRUIT CRISPS» 2.50€	Ananas séché, pomme séchée ou banane séchée.
BARRE ÉNERGETIQUE «BE-KIND» 2.50€	Noix de coco & amandes, cranberry & amandes ou peanut butter.

YAOURT GREC 3.90€	Miel & granola ou fruits rouges cuisinés et granola.
COCO CRUSH 2.90€	Un yaourt à la noix de coco 100% végétal et sans gluten à accompagner d'un petit pot sucré de coulis ou d'un granola croustillant avec ou sans gluten.
YAOURT 0% «IT MYLK» 2.70€	Yaourts artisanaux au lait écrémé et aux parfums variés.
FROMAGE BLANC 0% BIO 1.50€	Accompagné d'un petit pot sucré au choix.
PETIT POT SUCRÉ 0.95€	Pour accompagner vos desserts! Caramel, mangue, miel, granola, crème de marrons.
MAXI SALADE DE FRUITS FRAIS 4.90€	
FRUIT SHAKER 4.40€	Sélection de fruits frais selon les saisons.
FRUITS 1.50€	Selon arrivages et saisons.

BOISSONS

JUS D'ORANGE FRAIS 25cl 3.20€	
REBEL KITCHEN 25cl 3.20€	
JUS DE POMME 25cl 4.20€	
COCO JUICE 25cl 3.50€	
ALO 50 cl 3.70€	Jus l'aloë vera 100% naturel (pêche et pastèque, goyave et ananas, grenade et cranberry ou mangue et litchi)
COCA-COLA 33 ou 50cl 2.10€	Normal, light, zéro ou life. (sauf COCA-COLA life uniquement en 33 cl)
VITTEL 50cl 2.10€	
S.PELLEGRINO 50cl 2.30€	
BIERE BRIARDE 33 cl 3.70€	
TISANE GLACÉE BIO «IN FUSION» PARIS 3.20€	Pêche, verveine et citron.
TISANE GLACÉE BIO «IN FUSION» BERLIN 3.20€	Grenade, cassis et menthe poivrée.
TISANE GLACÉE BIO «IN FUSION» LONDON 3.20€	Pomme, poire, bardane, pissenlit, origan et citron vert.

JUS MIXÉS MINUTE

4.90€

100% FRUITS & LÉGUMES 40cl
Sans sucre ajouté

SUR MESURE (4 ingrédients max)
Pomme bio, orange, carotte bio, gingembre bio, citron.

GREEN DETOX

Céleri, concombre bio, pomme bio, épinard, citron.

CHOCO BON

Banane bio, cacao, lait d'amande bio.

REBOOT

Framboises, pomme bio, banane bio, myrtilles.

MAGIC PAM

Pomme bio, ananas, menthe.

RED ROOTS

Betterave bio, carotte bio, orange, citron.

CARRIBEAN PASSION

Ananas, mangue, pomme bio, fruit de la passion.

ENERGIE BOOST

Banane bio, pomme bio, kiwi bio.

BOOSTERS (+ 0.50€)

Graines de chia, Spiruline, Klamath, Chorella.

