

SALADES

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 Légère. **471 Kcal**

MEDITERRANEAN MIX vgi 9.50€

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

OMEGA CRUSH © L 12.40€

Baby kale + roquette, pavé de saumon rôti, tomates cerise allongées, brocolis, avocat frais, coriandre, amandes bio, sauce Miso. **424 Kcal**

PÂTES & GRAINES

GREEN PASTA 11.50€

Pâtes bio + roquette, jambon fumé, mozzarella di Bufala, tomates cerise allongées, courgettes rôties, amandes bio, ciboulette, sauce Pesto. **538 Kcal**

FRESH QUINOA BOWL vgi © new 9.80€

Quinoa + baby kale, aubergines rôties, tomates cerise allongées, feta AOP, radis de couleur, pignons de pin bio, coriandre, sauce Tahini. **657 Kcal**

SALADES FAITES À LA MINUTE, COMPOSÉES DE PRODUITS FRAIS ET DE SAISON.

GLUTEN FREE © - LACTOSE FREE L
VEGGIE vgi

RECETTES d'été

VIVA ITALIA vgi © new 9.90€

Roquette + laitue iceberg, burrata bio, tomate pleine terre, pignons de pin bio, basilic, sauce Pesto. **441 Kcal**

CRUNCHY NIÇOISE © L new 12.50€

Mélange de pousses + laitue iceberg, filet de thon, œuf dur bio, haricots verts, tomates cerise allongées, mix de poivrons rôtis, radis de couleur, pignons de pin bio, sauce Jour. **423 Kcal**

SUMMER BOWL new 11.90€

Batavia + petit épeautre bio, poulet fermier, feta AOP, melon, concombre, petites olives noires, menthe, sauce Olive & Balsamique. **788 Kcal**

PINK FLAMINGO vgi new 11.50€

Mélange de pousses + quinoa, falafels de betterave, feta AOP, radis de couleur, houmous de betterave, oignons rouges pickles, chips de pita, raisins secs bio, sauce Tahini. **793 Kcal**

SALADE SUR MESURE

5.90€

2 BASES simple ou duo (extra 1.10€)

Salades, céréales ou pâtes bio

+ 3 TOPPINGS ESSENTIEL au choix (extra 0.50€)

Tomates cerise allongées
Tomate pleine terre **new**
Concombre
Carottes rapées
Radis de couleur
Brocolis vapeur
Kale bio mariné
Champignons de Paris

Maïs bio
Petites olives noires
Raisins secs bio
Oignons frits
Menthe **new**
Basilic **new**
Coriandre
Ciboulette

Oignons rouges pickles
Croûtons
Chips de pita
Cacahuètes
Pignons de pin bio **new**
Amandes bio

+ 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.

Miso: huile de sésame, vinaigre de riz, miso rouge, sauce soja, mirin, jus de citron vert.

Tahini: huile de colza, purée de sésame, jus de citron.

Olive & Citron: huile d'olive, jus de citron.

Pesto: huile d'olive, vinaigre de Xérès, pesto.

Olive & Balsamique: huile d'olive, vinaigre balsamique.

Aneth: crème liquide, huile d'olive, Savara, aneth. **new**

Maca: huile d'olive, vinaigre de cidre, poudre de Maca.

Légère: fromage blanc, vinaigre de Xérès, moutarde, ciboulette.

TOPPINGS PREMIUM

LÉGUMES & FRUITS

Houmous de betterave **1.20€**
Mix de poivrons rôtis **1.20€**
Courgette rôtie **1.20€**
Avocat frais **1.50€**
Aubergines rôties **new** **1.50€**
Haricots verts **new** **1.90€**
Melon **new** **1.90€**
Falafels de betterave **new** **1.90€**

FROMAGES

Feta AOP **1.90€**
Mozzarella di Bufala **1.90€**
Comté AOP 12 mois **1.90€**
Grana Padano AOP **1.90€**
Burrata bio **new** **4.20€**

PROTÉINES

Œuf dur bio **1.20€**
Jambon blanc **2.10€**
Jambon fumé **2.50€**
Bacon fumé **2.50€**
Poulet fermier **2.50€**
Filet de thon **2.50€**
Pavé de saumon rôti **4.50€**

D'AUTRES ENVIES

SANDWICHES

SMOKED SALMON SANDWICH 3.90€
Pain brioché, saumon fumé, pousses d'épinard, crème fouettée au citron et à l'aneth.

PASTRAMI LOVER SANDWICH 4.10€
Pain brioché, pastrami, mimolette, pousses d'épinard, sauce moutardée.

BACON & EGG SANDWICH 3.60€
Pain brioché, bacon, œuf, ciboulette, sauce fromage blanc et moutarde.

HAM & GOAT CHEESE SANDWICH 3.90€
Pain brioché, jambon cru, roquette, chutney de figues, fromage de chèvre frais.

SUNLIGHT CREAMY SANDWICH new 4.10€
Pain brioché, légumes racines, sauce raifort et aneth.

WRAP JAMBON & COMTÉ 5.80€
Wrap au jambon de Paris, comté de 12 mois de chez Marcel Petite, mayonnaise et cornichons.

WRAP THAÏ PULLED PORK 5.90€
Wrap au porc mariné, crudités et sauce thaï.

WRAP SWEET PEAS & FALAFELS new 5.90€
Wrap aux falafels de betterave, tartinaide aux petits pois & citrons confits, tomates et roquette.

WRAP AVE CÆSAR 5.90€
Wrap au poulet grillé, Grana Padano AOP, batavia et sauce cæsar.

MIE CLASSIC SUPER CLUB new 5.60€
Pain de mie, poulet, œuf, tomate, bacon, salade et mayonnaise.

MIE GREEN VEGGIE new 5.90€
Pain de mie, avocat, pickles d'oignons rouges, roquette, crème d'edamames.

MIE PRAWN BANH MI new 5.90€
Pain de mie aux céréales, crevettes, carottes râpées, chou blanc, oignons rouges pickles, coriandre, sauce tonkatsu.

TARTES

TARTE LORRAINE 7.90€
Du bacon, des oignons caramélisés, des œufs et de la crème sur une pâte brisée au cheddar. Accompagnée d'une salade verte.

TARTE POIVRONS RÔTIS & FETA AOP new 7.90€
Des poivrons rôtis, de la feta AOP, des courgettes rôties, des tomates cerise, des œufs et de la crème sur une pâte brisée au cheddar. Accompagnée d'une salade verte.

TARTE PATATE DOUCE, FETA AOP & PESTO DE KALE 7.90€
De la patate douce, de la feta AOP, du pesto de kale, des œufs et de la crème sur une pâte brisée au cheddar. Accompagnée d'une salade verte.

SNACKING

CRACKERS MULTIGRAINES 1.10€

CRACKERS FROMAGE ET GRAINES DE COURGE 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.

RECETTE
PRÉPARÉE
AVEC AMOUR
PAR NOTRE
CHEF
ET SA
BRIGADE !

DESSERTS

MUFFIN 3.00€
Muffin moelleux citron & pavot, cœur coulant au caramel ou pomme & cannelle

MINIS FINANCIERS 2.60€
Déclinaisons de la recette originale en versions miniatures.

COOKIE 2.10€
Moelleux, fondant, délicieux et généreusement truffé de pépites de chocolat au lait, noir ou all black.

TARTE AU CHOCOLAT 3.90€
Pâte sablée, ganache fondante au chocolat noir et gru de cacao.

NUAGE DE CITRON & CRUMBLE 3.20€
Mousse légère au citron, crumble à la poudre d'amande, gingembre.

STARLIGHT AUX FRUITS ROUGES 3.90€
Mousse vanillée au fromage blanc 0 % sucrée à l'aspartame et aux fruits rouges.

YAOURT GREC 3.90€
Miel & granola ou fruits rouges cuisinés et granola.

COCO CRUSH + TOPPING 3.85€
Un yaourt à la noix de coco 100% végétal et sans gluten accompagné 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% + TOPPING 2.45€
Un fromage blanc 0% accompagné de coulis ou d'un granola croustillant avec ou sans gluten.

MAXI SALADE DE FRUITS FRAIS 4.90€

FRUIT SHAKER 4.40€
Sélection de fruits frais selon la saison.

FRUITS 1.50€
Selon arrivage et saison.

TARTE AUX FRUITS DE SAISON 3.90€
Fruits selon disponibilité et crème d'amande.

MANGO & COCO CHIA PUDDING 3.90€
Graines de chia, lait de coco, mangue.

RED FRUITS & MATCHA CHIA PUDDING 3.90€
Graines de chia, lait d'amande bio, thé vert matcha, coulis de fruits rouges.

BOISSONS

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

JUS MIXÉS MINUTES

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.

RED ROOTS

Betterave bio, carotte bio, orange, citron.

MAGIC PAM

Pomme bio, ananas, menthe.

REBOOT

Framboises, pomme bio, banane bio, myrtilles.

CHOCO BON

Banane bio, cacao, lait d'amande bio.

CARRIBEAN PASSION

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

ENERGY BOOST

Banane bio, pomme bio, kiwi bio.

BOOSTERS (+0.50€)

Graines de Chia, Spiruline.



jour *Healthy by nature*