

# NOS BOWLS SIGNATURE DE SAISON

- VEGE'TOFU** 18 CHF  
QUINOA, LENTILLES MARINÉES, COURGETTES POÊLÉES, PATATE DOUCE RÔTIE, TOFU FUMÉ BIO, CORIANDRE ET SAUCE TAHINI.
- GRAN'TOMATO** 20 CHF  
PÂTES, TOMATES CERISES, MIX DE POIVRONS GRILLÉS, GRANA PADANO AOP, CIBOULETTE ET SAUCE TOMATE TOUCHE PIMENT D'ESPELETTE.
- FROM'ALPES** 21 CHF  
POMMES DE TERRE GRENAILLE, OIGNONS CARAMÉLISÉS, CHAMPIGNONS RÔTIS, JAMBON BLANC SUISSE, GRUYERE AOP, CIBOULETTE ET SAUCE LÉGÈRE.
- CHAMP'OULET** 20 CHF  
TRIO DE RIZ, OIGNONS CARAMÉLISÉS, CHAMPIGNONS RÔTIS, POULET SUISSE AUX HERBES DE PROVENCE, CIBOULETTE ET SAUCE CRÈME LÉGÈRE.

- CHICH'ENDIVES** 17CHF  
MESCLUN, BOULGOUR, BETTERAVE CRUE RÂPÉE, CHAMPIGNONS DE PARIS, ENDIVES, HOUMOUS EXTRA, FALAFELS DE POIS CHICHES, MIX DE GRAINES & FRUITS SECS ET HUILE D'OLIVE & QUARTIER DE CITRON.
- SAU'MON CHOU** 21CHF  
POUSSES D'ÉPINARD, TRIO DE RIZ, CAROTTES RÂPÉES, EDAMAMÉ\*, CHOU ROUGE MARINÉ, SAUMON CUIT MARINE, AVOCAT, CIBOULETTE ET SAUCE MISO.
- MOZZA BELLA** 22CHF  
BATAVIA, PÂTES, TOMATES CERISES, CHAMPIGNONS DE PARIS, KALE MARINÉ, TOMATES CONFITES, MOZZARELLA DI BUFALA AOP, JAMBON SEC, OIGNONS FRITS ET SAUCE PESTO.

# NOS BOWLS SIGNATURE INTEMPORELS

- RAINBOW** 16CHF  
BATAVIA QUINOA, BETTERAVE CRUE RÂPÉE, CAROTTES RÂPÉES, BROCOLI, TOMATES CONFITES, NOIX ET SAUCE VINAIGRETTE JOUR.
- CHAMPION** 20CHF  
POUSSES D'ÉPINARD, QUINOA, CHAMPIGNONS DE PARIS, POIS CHICHES MARINÉS, MIX DE POIVRONS GRILLÉS, AVOCAT, ŒUF DUR SUISSE, AMANDES, CIBOULETTE ET SAUCE VINAIGRETTE JOUR.
- MEDITERRANEAN TUNA** 22CHF  
BATAVIA, TRIO DE RIZ, TOMATES CERISES, MAÏS, MIX DE POIVRONS GRILLÉS, THON, FETA AOP, CHIPS DE PITA, CIBOULETTE ET HUILE D'OLIVE & QUARTIER DE CITRON.
- AVO CAESAR** 22CHF  
MESCLUN, PÂTES, TOMATES CERISES, CHAMPIGNONS DE PARIS, CONCOMBRE, AVOCAT, GRANA PADANO AOP, POULET SUISSE AUX HERBES DE PROVENCE, CROÛTONS ET SAUCE CAESAR.

**SOUPE 35cl : 6CHF et 45cl : 8CHF**

- SOUPE LENTILLES CORAIL CURRY LAIT DE COCO
- SOUPE BUTTERNUT GINGEMBRE LAIT DE COCO
- SOUPE PETIT POIS MENTHE ...

**COMBO SOUPE : 35cl : 10CHF et 45cl : 12CHF**  
Soupe du jour + batavia, tomates cerise, Grana AOP et sauce olive balsamique.

**QUICHES 13.00CHF**

- QUICHE SAUMON
- QUICHE LORRAINE

+Batavia et sauce olive balsamique

**À COMPOSER EN VERSION CHAUDE ÉGALEMENT !**

# NOS BOWLS SUR MESURE

**CHOISISSEZ 2 BASES + VOS INGRÉDIENTS EAT ET FEEL + 1 CONDIMENT + 1 SAUCE ET AGRÉMENTEZ-LES SELON VOS ENVIES**

**DÉCOUVERTE**

- 2 BASES
- 3 INGRÉDIENTS EAT
- 1 SAUCE

**9,90CHF**



**BASES AU CHOIX**  
BATAVIA • MESCLUN • POUSSES D'ÉPINARD • BOULGOUR  
QUINOA • PÂTES • TRIO DE RIZ

**3 INGRÉDIENTS EAT** EXTRA 1.50CHF

BETTERAVE CRUE RÂPÉE  
CAROTTES RÂPÉES  
CHAMPIGNONS DE PARIS  
CHOU ROUGE MARINÉ  
CONCOMBRE  
ENDIVES  
KALE MARINÉ LENTILLES MARINÉES MAÏS  
OIGNONS CARAMÉLISÉS  
POIS CHICHES MARINÉS  
TOMATES CERISES

**INGRÉDIENTS FEEL**

2.50 CHF  
BROCOLI  
CHAMPIGNONS RÔTIS  
COURGETTES POÊLÉES  
EDAMAMÉ

HOUMOUS EXTRA  
MIX DE POIVRONS GRILLÉS  
PATATES DOUCES RÔTIES  
POMMES DE TERRE GRENAILLE

**3.30 CHF**  
AVOCAT  
FALAFELS DE POIS CHICHES  
ŒUF DUR SUISSE  
TOFU FUMÉ BIO  
TOMATES CONFITES

**3.60 CHF**  
FETA AOP  
GRANA PADANO AOP  
GRUYERE AOP  
MOZZARELLA DI BUFALA AOP

**4.20 CHF**  
JAMBON SEC  
JAMBON BLANC SUISSE  
POULET SUISSE AUX HERBES DE PROVENCE  
SAUMON CUIT MARINE  
THON

**CONDIMENTS** 1.00 CHF

AMANDES  
CHIPS DE PITA  
CIBOULETTE  
CORIANDRE  
CROÛTONS  
MIX DE GRAINES ET FRUITS SECS  
NOIX  
OIGNONS FRITS

**SAUCES**

CAESAR  
CRÈME LÉGÈRE  
JOUR  
LÉGÈRE  
OLIVE BALSAMIQUE  
HUILE D'OLIVE & QUARTIER DE CITRON  
HUILE D'OLIVE  
MISO  
PESTO  
TAHINI  
TOMATE TOUCHÉ PIMENT D'ESPELETTE

# DOUCEURS & BOISSONS

- DESSERTS**
- FROMAGE BLANC 0%, MIEL, MANGUE, COULIS DE FRUITS ROUGES OU GRANOLA SANS GLUTEN 3.00CHF
  - MANGO COCO CHIA PUDDING 6.50CHF
  - YAHOURT GREC GRANOLA SANS GLUTEN, COULIS FRUITS ROUGES OU MIEL 6.50CHF
  - COMPOTE CUMBLE 6.50CHF

- SNACKING**
- PAIN BLANC AU LEVAIN, CÉREALES OU MAÏS 1.00CHF

- PÂTISSERIES**
- COOKIE CHOCOLATAU LAIT 2.80CHF
  - COOKIE CHOCOLAT NOIR 2.80CHF
  - COOKIE CHOCOLAT BLANC 2.80CHF
  - BANANA BREAD 5.00CHF
  - GATO CHOCO 6.00CHF
  - CAKE CITRON CHIA 5.00CHF
  - CARROT CAKE 5.00CHF

- FRUITS**
- FRUITS FRAIS DE SAISON 2.00CHF

- BOISSONS FRAÎCHES**
- SAN PELEGRINO 33CL 4.00CHF
  - EVIAN 33CL 4.00CHF
  - COCA-COLA 45CL 4.20CHF
  - COCA-COLA SANS SUCRES 45CL 4.20CHF

- JUS MIXÉS MINUTE** 7.50CHF
- JUS D'ORANGES PRESSÉES 33CL
  - GINGER ACE 33CL
  - CALIFORNIA GREEN 33CL
  - CARIBBEAN PASSION 33CL
  - PINKY FRESH 33CL
  - REEBOOT 33CL
  - ENERGY BOOST 33CL
  - RED ROOTS 33CL
  - MAGIC PAM 33CL

- BOISSONS CHAUDES** BOISSON VÉGÉTALE SUR DEMANDE !
- ESPRESSO 5CL 3.50CHF
  - ALLONGE 10CL 3.50CHF
  - CAFÉ RENVERSE 20CL 4.50CHF
  - CAPPUCCINO 20CL 4.50CHF
  - CHOCOLAT CHAUD 20CL 4.50CHF
  - KUSMI TEA 30CL 4.50CHF

Les produits signalés de \* ont été décongelés.