

LA DEMI-HEURE D'ISNEAUVILLE

VENTE À EMPORTER OU LIVRAISON

NOS SPECIALITES

Au rythme des saisons

- **VELOUTÉ** de légumes oranges, lardons grillés et dès de fêta
- **LINGUINES** aux crevettes à l'indienne et parmesan
- **ASSIETTE SPICY CARROTS** carottes et poulet marinés aux épices, boulgour, crème de fêta, grenades et herbes fraîches
- **AVOCADO TOAST**: tartine de pain aux fruits et graines, écrasé d'avocat, fêta, légumes croquants et ses petites graines; 4 variétés au choix : saumon fumé, poulet croustillant, œuf ou feta
- **PAVE DE SAUMON** mariné aux épices, écrasé de pommes de terre OU légumes rôtis aux épices
- **CAMEMBERT ROTI EN DEMI SAISON** : petit camembert au four rôti au miel et graines, charcuterie du moment et ses grenailles au gros sel et huile de noix, croutons ailés, avocat et salade
- **TACOS** galettes de blé, guacamole, poulet, comté râpé et tortillas
- **GRATIN ITALIEN** macaronis, sauce tomates, poulet et 3 fromages
- **TARTIFLETTE** du chef
- **CHICKEN SALAD** riz au pavot, poulet pané à la coréenne, maïs, mimolette, coleslaw, oeuf poché et fèves edamames

BOWLS INCONTOURNABLES

10€50

BOWL VEGGIE

Semoule épicée, fêta, avocat et légumes de saison

BOWL ORANGE

Semoule épicée, poulet et sa panure, avocat et légumes oranges de saison.

BOWL SUCRÉ & SALÉ

Riz parfumé, avocat, tartare de saumon et mangue

BOWL TATAKI DE SAUMON

Riz parfumé, saumon mariné au soja, miel et moutarde, avocat, fèves edamame, mangue, framboise

BOWL JAUNE

Riz basmati, crevettes à l'indienne, ananas, légumes jaunes et avocat

NOS SANDWICHES

BAGEL SESAME

Poulet rôti, galette de pommes de terre, cheddar et sauce secrète.

BUN'S PROTÉINÉ

Pain moelleux aux graines, poulet rôti, avocat, oeuf au plat et cream-cheese

BUNS ÉPICÉ

Pain paprika, sauce piquante, boeuf haché, oignon rouge et cheddar

PITA CHICKEN

Sauce curry, poulet rôti, comté, avocat

NOS QUICHES

7€90

QUICHE

Poireaux, chèvre et miel

NOS FORMULES À EMPORTER

• FORMULE SANDWICH OU QUICHE

12€50

Sandwich OU quiche

+ Boisson

+ Dessert

• FORMULE BOWL OU SPÉCIALITÉ OU PLAT/BOWL CHAUD

15€50

Bowl OU spécialité OU plat/bowl chaud

+ Boisson

+ Dessert

NOS PLATS/BOWLS DU JOUR

10€50

BOWL CHAUD DU JOUR :

Nous consulter, changement de plat tous les jours.

NOS SUPPLEMENTS 3€80

SALADE VERTE COMPOSEE

et sauce au choix.

POTATOES MAISON

et sauce au choix : ketchup, mayonnaise, tartare, curry, algérienne

BOISSONS

Eau plate ou gazeuse	2€
Lipton pêche, framboise ou pastèque menthe	2€50
Oasis tropical	2€50
Citronnade Pulco	2€50
Pepsi, peps max, peps cherry	2€50
Schwepes tonic	2€50

DESSERTS

BROKIES	4€
TIRAMISU spéculoos	4€
CRUMBLE fruits rouges	4€
CHEESECAKE citron spéculos	4€
AMANDINE aux poires et chocolat	4€
MOELLEUX au chocolat	4€
FROMAGE BLANC allégé avec son granola	4€
COUPE DE FRUITS frais	4€
ACAÏ bowl, BANANA Bowl, BOWL Sucré (+2€FORMULE)	5,50€
COOKIES (pépites de chocolat, chocolat blanc cranberries, chocolat blanc noix de macadamia, 3 chocolats)	3,50€