PAUSE GOURMANDE & EQUILIBRÉE

sweety

- **CAFE GOURMAND** & ses 3 mignardises 5,90€
- **COUPE EXOTIQUE:** perles nacrées à la crème de coco, mangue, sésame et coco râpée 6,90€ *New*
- **TIRAMISU** au KINDER BUENO® 7,50€
- **PROFITEROLES** choux garnis à la glace haggen-dazs®, chantilly et chocolat 8,50€
- **BRIOCHE PERDUE** à la nocciolata®, chantilly et amandes grillées 7,50€
- **BOWL SUCRE** yaourt au lait végétal, granola maison, bananes et crème de caramel au beurre salé 7,50€
- **ACAÏ BOWL** dans sa coque de coco, lait végétal à la poudre d'acaï, arachides, graines et fruits frais 7,50€
- **UBE BOWL** lait végétal à la poudre d'ube, granola maison, bananes et framboises 7,50€
- **ASSIETTE DE FRUITS FRAIS DE SAISON** 7,50€
- **MOELLEUX AU CHOCOLAT** cœur fondant et chantilly 6,90€
- **CHEESECAKE SPECULOOS** au caramel beurre salé 6,90€
- **FROMAGE BLANC 0%** avec coulis fruits rouges ou exotique 5,90€
- **COOKIE MI-CUIT** aux pépites de chocolat 4,90€
- **BROWNIE MAISON À PARTAGER OU PAS** 5,50€
- **TIRAMISU** au spéculos 7,50€

Nos boissons CHAUDES

- CAFÉ ESPRESSO OU ALLONGÉ OU DÉCA 1,90
- THÉ 3,50
- CAFÉ AU LAIT 2,70
- CAFÉ VIENNOIS 3,50
- CHOCOLAT CHAUD 3,50
- CAPPUCCINO 4,00
- THE MATCHA AU LAIT. 5,50
- UBE OAT MILK 5,50
- GOLDEN OAT MILK 5,50

La 1/2 heure D'ISNEAUVILLE

STARTER ET À PARTAGER

- GUACAMOLE & TORTILLAS 10E
- LÉGUMES CROQUANTS & SAUCES 9E
- PLANCHE DE CHARCUTERIE 12E
- RILLETTE DE SAUMON & CROUTONS 12E

HEALTHY FOOD VOUS VA SI BIEN!!!

enfin des recettes gourmandes et équilibrées

NOS BOWLS & POKÉS

Anti-inflammatoire & riche en oméga 3

- **POKÉ TUNA PONZU** thon épicé, riz collant, avocat au sesame, choux rouges, fèves edamame, gari (gingembre rose mariné) cream cheese, mayonnaise sriracha 16,90€ 424KCAL et 27g de PROTÉINES
- **BOWL HOT HONEY VEGGIE**: quinoa/boulgour/sésame, fêta, avocat, patates douces et carottes rôties au miel et épices, oeuf mollet, grenade, pois chiches, herbes fraiches 15,90€
- **BOWL CHICKEN CRUNCHY:** semoule épicée, poulet pané maison, avocat, pois chiches, carottes, concombres, pickles de chou rouge, graines et oignons fries et maïs grillés 15,90€
- **POKÉ SALMON TATAKI** saumon snacké et mariné, avocat, grenade, mangue, framboise, herbes fraiches et riz vénère 16,90€ 37g de PROTÉINES GLUTEN FREE
- **GLOW BOWL** riz noir, effiloché de poulet aux épices, avocat aux graines, légumes colorés, coriandre et sauce citron, gingembre et curcuma 15,90€ 437KCAL et 34g de PROTÉINES

NOS PLATS SIGNATURE

délicieux & riche en oméga 3

- **AVOCADO TOAST:** tartine de pain aux fruits et graines, écrasé d'avocat, féta, légumes croquants. Au choix : saumon fumé +1€, poulet croustillant, œuf ou feta 15,90€
- **PAVE DE SAUMON** mariné aux épices, écrasé de pommes de terre ET/OU légumes vapeur 16,90€ 522 kcal 40g de PROTÉINES GLUTEN FREE
- **SPICY CAROT** carottes roties au miel et épices, crème de fêta, boulgour et poulet mariné 15,90€
- **KOREAN CRISPY SALAD'** riz crispy, coeur de laitue, poulet pané à la coréenne, chou rouge, cherry tomatoes, avocat, croûtons aillés, œuf mollet servie avec une sauce maison 15,90€
- **SWEET POTATO CLUB** patate douce garnie d'effiloché de boeuf et parmesan râpé, jus de viande et herbes fraîches 15,90€. 37g de PROTÉINES 517 KCAL RICHE EN POTASSIUM

NOS CRÉATIONS GOURMANDES

au rythme des saisons

- **BUTTER CHICKEN** poulet mijoté aux épices indiennes dans une sauce extra fondante, servi avec du riz parfumé, herbes fraiches et pain naan 15,90€. 45g de PROTÉINES
- **CHICKEN SUPREME** suprème de poulet, écrasé de pommes de terre, carottes roties et jus de volaille 16,90€. 45g de PROTÉINES
- **LASAGNES CRUSH** bolognaise de boeuf et rubans de lasagne, coeur de burrata et parmesan 16,90€
- **CAMEMBERT RÔTI 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, croûtons ailés, avocat et salade 15,90€ version truffe 17,90€
- **EFFILOCHÉ DE BOEUF** & écrasé de pommes de terre à l'huile d'olive et carottes rôties 16,90€ 45g de PROTÉINES
- **LINGUINES** aux crevettes épicées et sauce tomate 16,90€
- **CROQUE TRUFFÉ** pain toasté et beurré, jambon à la truffe finement tranché et parmesan, servi avec de la salade et des potatoes 17,90€
- **CHEEZY BAGEL** poulet roti et galette de pomme de terre, cheddar fondant et sauce secrète avec nos délicieuses potatoes maison 14,90€
- **BUN'S PROTEINÉ** pain moelleux aux graines et aux oignons, poulet rôti, avocat, œuf et cream cheese avec nos delicieuses potatoes maison 14,90€. 34g de PROTÉINES
- **BAGEL SOAN** pain brioché aux graines de nigelle, saumon fumé, œuf au plat, cream cheese & avocat servi avec nos potatoes maison 15,90€
- **PAPRIKA BEEF** bun's ultra moelleux, boeuf éffiloché et épicé ultra fondant, oignons, cheddar et sauce algérienne avec nos délicieuses potatoes maison 15,90€

PLAT ET BOWL CHAUDS — 15,50€

pour changer de plat tous les jours

Tous les jours le chef vous prépare de bons petits plats maison :
le bowl chaud est équilibré et le plat chaud est gourmand.

voir ardoises