

# SALADE

COSY 8,90€

MAXI 11,90€

## 1- COMPOSITION

- ❖ **CHEVRE MIEL** Fromage de chèvre - Salade - Toast – Tomates cerises - Miel - Pignons de pain
- ❖ **POMME POMME** Salade - Pommes - Oignon rouge - Feuille de basilic - Tomates cerises
- ❖ **EXOTIQUE** Salade - Patate douce - Ananas - mangue - Cœur de palmier - Citron - Ciboulette
- ❖ **SUD** Salade - Œuf dur **bio** - Emmental - Petits oignons - Tomates cerises - Olives noires - Feuille de basilic
- ❖ **FRAICHEUR** Salade – Tomates cerises - Œuf dur **bio** - Emmental - Maïs - Citron - Cornichon
- ❖ **SAUMON** Salade - Saumon **asc** - Avocat - Tomates cerises - St-Moret - Citron - Ciboulette
- ❖ **CESAR** Salade - Tomates cerises - Poulet mariné **bio** - Emmental - Croutons - Sauce césar

## 2- SAUCE

- ❖ **CESAR**
- ❖ **MANGUE SPICY**
- ❖ **MANGUE CURY**
- ❖ **BALSAMIQUE**
- ❖ **CRUDITÉ**
- ❖ **VINAIGRETTE**
- ❖ **HUILE D'OLIVE**

## 3- TOPPING (2 MAXIMUM)

- ❖ **NOIX DE CAJOU**
- ❖ **NOIX DE PECAN**
- ❖ **CERNEAUX DE NOIX**
- ❖ **PISTACHE**
- ❖ **POIS WASABI**
- ❖ **CROUTONS**
- ❖ **CROUTON A L'AIL**
- ❖ **CEBETTE**
- ❖ **RAISINS SECS**
- ❖ **GRAINES DE LIN**
- ❖ **GRAINES DE COURGE**
- ❖ **GRAINES DE SESAME**
- ❖ **GRAINES DE TOURNESOL**
- ❖ **GRAINES DE CHIA**
- ❖ **PIGNONS DE PIN**
- ❖ **CIBOULETTE**
- ❖ **MENTHE**
- ❖ **GINGEMBRE**
- ❖ **OIGNONS FRITS**
- ❖ **OLIVES**



# POKE BOWL

9,90€ MINI (500ML)

12,90€ COSY (750ML)

15,90€ MAXI (1000ML)

## 1- BASE

- ❖ RIZ A SUSHI
- ❖ RIZ BASMATI
- ❖ QUINOA

## 2- COMPOSITION

- ❖ **GREENTA BOWL** Mangue - Ananas - Avocat - Tomates cerises - Concombre - Edamame
- ❖ **EASY BOWL** Avocat - Fromage de chèvre - Edamame - Tomates cerises - Radis
- ❖ **YOUPI BOWL** Grenade - Avocat - Radis - Edamame - Roquette - Carottes - Concombre
- ❖ **CHOUX BOWL** Salade Choux blanc - Choux rouge - Poivron - Concombre - Avocat - Roquette
- ❖ **BEACH BOWL** Edamame - Avocat - Concombre - Pomme - Betterave
- ❖ **SUPER BOWL** Grenade - Edamame - Carottes - Concombre - Oignons rouges - Radis
- ❖ **CLASSIQUE BOWL** Radis - Edamame - Wakame - Roquette - Carottes - Concombre
- ❖ **SUR MESURE** (5 ingrédients max) Ananas - Avocat - Betteraves - Champignons de paris - Edamame - Fromage de chèvre - Roquette - Concombre - Haricots rouges - Salade - Pomme - Grenade - Mangue - Oignons rouges - Tomates cerises - Tomates confites - Poivrons - Radis - Carottes - Salade de choux blanc - Fromage de chèvre - Choux rouge

## 3- SAUCE AU CHOIX

- ❖ MIEL MOUTARDE
- ❖ SPICY MAYO
- ❖ JUS DE CITRON
- ❖ SOJA SALE
- ❖ SOJA SUCRE
- ❖ MANGUE SPICY
- ❖ MANGUE CURY
- ❖ BALSAMIQUE
- ❖ TERIYAKI
- ❖ CRUDITE
- ❖ VINAIGRETTE

## 4- PROTÉINE

(2 Maximum)

- ❖ FALAFEL
- ❖ OEUF SUR LE PLAT **BIO**
- ❖ STEAK VÉGÉTAL
- ❖ SAUMON MARINE **ASC**
- ❖ POULET TERIYAKI **BIO**
- ❖ THON MARINE **BIO**
- ❖ SHIITAKES TERIYAKI

## 5- TOPPING

(2 Maximum)

- ❖ FURIKAKE
- ❖ BASILIC THAI
- ❖ NOIX DE CAJOU
- ❖ NOIX DE PECAN
- ❖ CERNEAUX DE NOIX
- ❖ PISTACHE
- ❖ RAISINS SECS
- ❖ POIS WASABI
- ❖ CROUTONS
- ❖ CEBETTE
- ❖ GRAINES DE LIN
- ❖ GRAINES DE COURGE
- ❖ GRAINES DE SESAME
- ❖ GRAINES DE TOURNESOL
- ❖ GRAINES DE CHIA
- ❖ PIGNONS DE PIN
- ❖ CHIPS BETTERAVE
- ❖ CIBOULETTE
- ❖ MENTHE
- ❖ OIGNONS FRITS



# OMELETTE BAVEUSE

9,90€ OMELETTE + 1 ACCOMPAGNEMENT

## COMPOSITION

- ❖ **BAVEUSE** Œuf **bio** - Gruyère
- ❖ **PAYSANNE** Œuf **bio** - Pommes de terre - Persil - Emmental râpé
- ❖ **COZY** Œuf **bio** - Pommes de terre - Oignons - Emmental râpé
- ❖ **CHÈVRE** Œuf **bio** - Fromage de chèvre - Basilic - Emmental râpé
- ❖ **CHÈVRE MIEL** Œuf **bio** - Fromage de chèvre - Ciboulette - Échalote - Cerneaux de noix - Miel
- ❖ **PARISIENNE** Œuf **bio** - Champignons - Ciboulette - Échalote - Persil - Emmental râpé
- ❖ **LÉGUMES** Œuf **bio** - Tomates confites - Persil - Champignons - poêlée de légumes

## ACCOMPAGNEMENTS (1 au choix)

- ❖ **Frites maison**
- ❖ **Frites de patates douces maison**
- ❖ **Salade**
- ❖ **Haricots verts**



# PÂTES FRAÎCHES

11,90€

## 1-TYPE DE PÂTES FRAÎCHES :

- ❖ TAGLIATELLE
- ❖ SPAGHETTI
- ❖ PENNE

## 2-LA BASE

- ❖ **4 FROMAGES** Crème - 4 fromages
- ❖ **LÉGUMES** Mélange de légumes cuits – Ciboulette - persil
- ❖ **VERDURE** Champignons de paris - Légumes - Oignons - Tomates confites - Pignons de pin
- ❖ **PESTO** Pesto de basilic - Tomates cerises - Pignons de pin grillés - Fromage
- ❖ **ARRABBIATA** Sauce tomate épicée - Ail - Oignons
- ❖ **FORESTIERE** Crème liquide - Champignons - Poulet **bio**
- ❖ **SALMONE** Saumon **asc** - Echalote - Sauce crémeuse - Citron

## 3- TYPE DE FROMAGE

- ❖ PARMESAN
- ❖ EMMENTAL

## 4- SUPPLEMENT 3,90€

- ❖ FALAFEL
- ❖ OEUF SUR LE PLAT **BIO**
- ❖ SAUMON VAPEUR **ASC**
- ❖ POULET **BIO**
- ❖ STEACK VEGETAL





# ACCOMPAGNEMENTS



- ❖ **SALADE DE CHOUX 3,5€**
- ❖ **RIZ VINAIGRE 2,90€**
- ❖ **RIZ NATURE 2,90€**
- ❖ **FRITES MAISON 3,5€**
- ❖ **FRITES DE PATATES DOUCES 4€**
- ❖ **EDAMAME 2,90€**
- ❖ **SALADE 2,90€**
- ❖ **OIGNONS RINGS x8pcs 6€**
- ❖ **MOZZA STICK x 6pcs 6€**
- ❖ **JALAPENOS x 6pcs 6€**
- ❖ **HARICOTS VERTS 3,90€**

★★★★★★★★★★★★★★★★

# SMOOTHIE BOWL **NEW**

★★★★★★★★★★★★★★★★

**COSY 6,90€**

**MAXI 9,90€**

- ❖ **RED BOWL** Smoothie glacé - Grenade - Fruits rouges - Bleuets - Cerneaux de noix - Mélange de graines
- ❖ **GREEN BOWL** Smoothie glacé - Kiwi - Bleuets - Banane - Céréales
- ❖ **COCO BOWL** Smoothie glacé - Noix de coco - Banane - Copeaux de chocolat - Noisettes - Graines
- ❖ **ANANAS BOWL** Smoothie glacé - Kiwi - Mangue - Ananas - Bleuets - Noix de cajou

## SMOOTHIE

- |                         |              |
|-------------------------|--------------|
| ❖ <b>FRAISE</b>         | <b>4,50€</b> |
| ❖ <b>MANGUE</b>         | <b>4,50€</b> |
| ❖ <b>ANANAS</b>         | <b>4,50€</b> |
| ❖ <b>FRUIT DES BOIS</b> | <b>4,50€</b> |



★★★★★★★★★★★★★★★★

## DESSERT MAISON

★★★★★★★★★★★★★★★★

- |  |              |
|--|--------------|
| ❖ <b>SALADE DE FRUITS <b>Maison</b></b>                                  | <b>6.90€</b> |
| ❖ <b>CHANTISOL <b>Maison</b> GRAINES DE TOURNESOL – CHANTILLY – MIEL</b> | <b>4.90€</b> |



# BOISSONS



1,50€ 50cl	<b>EVIAN</b>
1,50€ 50cl	<b>BADOIT</b>
1,50€ 50cl	<b>S.PELLEGRINO</b>
1,50€ 33cl	<b>FUZE TEA PECHE</b>
1,50€ 33cl	<b>OASIS</b>
1,50€ 33cl	<b>SCHWEPPE AGRUM</b>
1,50€ 33cl	<b>SCHWEPPE LEMON</b>
1,50€ 33cl	<b>COCA-COLA</b>
1,50€ 33cl	<b>COCA-COLA SANS SUCRES</b>
1,50€ 25cl	<b>ORANGINA</b>
1,50€ 33cl	<b>MINUTE MAID ORANGE</b>
1,50€ 33cl	<b>MINUTE MAID POMME</b>
1,50€ 33cl	<b>MINUTE MAID TROPICAL</b>
1,50€ 33cl	<b>LIPTON ICE TEA</b>
2,00€	<b>FREEZ BLUE HAWAÏ - FRAISE - KIWI - MANGUE - LITCHI - POMME - GRENADINE</b>

## CAFE / THE

1,50€	<b>CAFE COURT</b>
1,50€	<b>CAFE ALLONGE</b>
1,50€	<b>THE MENTHE</b>
1,50€	<b>MENTHE CITRON</b>

