

La Demi Heure d'Isneauville

EN LIVRAISON DANS VOS BUREAUX OU À EMPORTER TOUS LES MIDIS

NOS SPECIALITES

10€50

FROIDES

- **TATAKI DE THON** boulgour, tataki de thon, avocat, grenade, fèves edamame et mayonnaise au wasabi
- **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 (+1€ sur la formule et à l'unité), poulet croustillant, œuf ou feta
- **AVOCADO TOAST AU PAIN DE MAÏS** fruits rouges et grenade, saumon fumé, œuf poché, jeunes pousses et fêta. (+1€ à l'unité et en formule).
- **AVOCADO TOAST AU CHEVRE DES FLEURS** pain aux graines toasté, chèvre frais et légumes croquants
- **BURRATA**, tomates et fruits de saison
- **BURRATA** à la crème et spaghettis de concombres
- **SALAD MEGA CHICKEN** poulet moutardé, salade croquante, tomates, oeufs, maïs, croutons, dès de fromage
- **CRISPY CHICKEN CORÉENNE SALAD'** riz crispy, poulet pané à la coréenne, maïs, mimolette, coleslaw, œuf poché et fèves edamames
- **CROISSANT SALÉ** croissant au beurre garni de chiffonnade de jambon, sauce tartare, avocat et œuf au plat
- **SALMOND SALSA** boulgour, laitue iceberg, saumon cuit mariné au paprika, grenade, avocat, tomates, graines et herbes aromatiques
- **L'OMEGA** sardines à l'huile, anchois,, légumes croquants, grenades, avocat, œufs mollets, pain au maïs.

CHAUDES

- **PAVE DE SAUMON** mariné aux épices, écrasé de pommes de terre OU légumes vapeur (+1€ sur la formule et à l'unité)
- **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
- **EFFILOCHE DE BOEUF** et écrasé de pommes de terre (+2€ sur la formule et à l'unité).
- **BUTTER CHICKEN** poulet mijoté aux épices indienne dans une sauce extra fondante, servi avec du riz parfumé
- **LINGUINES AUX DEUX SAUMONS** sauce crémeuse aux herbes (+1€ sur la formule et à l'unité)

NOS SANDWICHES

8€50

BAGEL SESAME

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

BUN'S PROTÉINÉ

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

ROLL'S BRIOCHE

Pain moelleux avec avocat, cream cheese, saumon et œuf

NOS SUPPLEMENTS

4€00

SALADE VERTE COMPOSEE

et sauce au choix.

POTATOES MAISON

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

FORMULES A EMPORTER :

15,50€/PLAT + DESSERT + BOISSON

13,50€/SANDWICH OU QUICHE + DESSERT + BOISSON

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 (+1€ sur la formule et à l'unité).

BOWL TATAKI DE SAUMON

Riz parfumé, saumon mariné au soja, miel et moutarde, avocat, fèves edamame, mangue, framboise (+1€ sur la formule et à l'unité).

NOS PLATS/BOWLS DU JOUR

10€50

Pour connaître notre plat et bowl du jour, merci de nous contacter directement par téléphone au 06.43.42.30.29

BOISSONS

Eau plate ou gazeuse	2€
Soda : lipton pêche/pastèque-menthe/framboise, pepsï ou pepsï max, citronnade pulco	2€50
Pago Orange, ACE ou Ananas (+0,50€ en formule).	3€00

DESSERTS

COOKIES (au choix : pépites de chocolat, trois chocolats, chocolat blanc et noix de macadamia, chocolat blanc et cranberry)	3,9€
FROMAGE BLANC (allégé avec son granola)	4,5€
COUPE DE FRUITS FRAIS	4,5€
TARTE FINE AUX POMMES	4,5€
PERLES DU JAPON (mangues fraîches et coco râpée)	4,5€
BROWNIE	4,5€
ACAÏ BOWL : lait végétal à la poudre d'acai, arachides, graines et fruits frais (+2€ formule).	5,5€
BOWL SUCRÉ : yaourt au lait végétal, granola maison, banane, caramel (+2€ formule).	5,5€
UBE BOWL : lait végétal à la poudre d'ube, granola maison, bananes et framboises (+2€ formule).	5,5€
BANANA BOWL : fromage blanc, bananes, beurre de cacahuète (+2€ formule).	5,5€