



Ce que nous proposons en quelques mots

Hors formule (prix TTC) :

- Plat : 12,20 €
- Entrée ou Dessert : 3,30 €
- Boissons : de 1,40 à 7,20 €
- Café : 1,50 €
- Thé : 2,00 €

Formules SANS boisson (prix TTC) :

- Plat + Entrée ou Plat + Dessert : 15,00 €
- Entrée + Plat + Dessert : 17,50 €

Formules AVEC boisson sans alcool (prix TTC) :

- Plat + Boisson : 14,00€
- Entrée + Plat + Boisson ou Plat + Dessert + Boisson : 16,50€
- Entrée + Plat + Dessert + Boisson : 19,00 €



Toutes nos préparations sont **faites maison*** à partir de **produits frais et de saison.**

La carte change chaque jour. Et chaque jour, nous vous proposons le choix entre :

- ✓ 2 entrées, dont la soupe du jour (en hivers)
- ✓ 1 plat du jour OU 1 gratin du jour, dont une déclinaison végétarienne, accompagné de salade verte OU 1 grande salade composée (en été)
- ✓ 2 desserts
- ✓ Diverses boissons sans alcool OU, non inclus dans les formules, bière ou vin au verre.

Chaque semaine, le menu est affiché sur notre site le dimanche précédant.

Quelques exemples de nos plats sont à découvrir dans les pages suivantes pour vous donner envie de consulter notre menu régulièrement !

* Seules exceptions : la pâte feuilletée, les quenelles et les paupiettes. Toutes les préparations autour de ces produits restent néanmoins faites maison (sauces, accompagnements, garnitures, ...)



Pour vous donner envie de consulter régulièrement notre menu ...

Hors formule (prix TTC) :

- Plat : 12,20 €
- Entrée ou Dessert : 3,30 €
- Boissons : de 1,40 à 7,20 €
- Café : 1,50 €
- Thé : 2,00 €

Formules SANS boisson (prix TTC) :

- Plat + Entrée ou Plat + Dessert : 15,00 €
- Entrée + Plat + Dessert : 17,50 €

Formules AVEC boisson sans alcool (prix TTC) :

- Plat + Boisson : 14,00€
- Entrée + Plat + Boisson ou Plat + Dessert + Boisson 16,50€
- Entrée + Plat + Dessert + Boisson : 19,00 €



Quelques exemples d'entrées :



Crudités, muffins salés, quiches ou tourtes

- Œufs durs mayonnaise à l'estragon
- Mousse d'avocat au yaourt grec et concombre, sésame & crevettes roses
- Rillettes de thon & croutons natures
- Salade de chou blanc & carottes Coleslaw
- Salade de betteraves & œufs durs à l'échalote
- Quiche ou muffin au camembert & herbes de Provence
- Muffin aux tomates cerises, mozzarella & basilic
- Quiche ou muffin à la feta & olives vertes



Soupes (Automne / Hivers)

- Velouté de champignons de Paris
- Velouté de lentilles corail au curry et lait de coco
- Velouté de potimarron au curry
- Soupe carottes & butternut
- Soupe de carottes au cumin
- Velouté aux épinards & parmesan
- Velouté d'endives à l'emmental
- Velouté de poireaux & pommes de terre, pointe de sauce soja



La p'tite régéralade

Cuisine familiale

Pour vous donner envie de consulter régulièrement notre menu ...

Hors formule (prix TTC) :

- Plat : 12,20 €
- Entrée ou Dessert : 3,30 €
- Boissons : de 1,40 à 7,20 €
- Café : 1,50 €
- Thé : 2,00 €

Formules SANS boisson (prix TTC) :

- Plat + Entrée ou Plat + Dessert : 15,00 €
- Entrée + Plat + Dessert : 17,50 €

Formules AVEC boisson sans alcool (prix TTC) :

- Plat + Boisson : 14,00€
- Entrée + Plat + Boisson ou Plat + Dessert + Boisson 16,50€
- Entrée + Plat + Dessert + Boisson : 19,00 €



Quelques exemples de plats du jour :



Automne / Hivers

- Duo de saucisses de Morteau & Montbéliard, Mijotée de lentilles
- Blanquette de veau, Sauté de riz au chou-fleur
- Choucroute garnie
- Bœuf braisé aux carottes, Tagliatelles
- Filet de poisson* sauce citronnée aux échalotes, Riz basmati aux poireaux & parmesan ou Purée de pommes de terre & épinards
- Quenelles de brochet & velouté de poisson, Sauté de riz aux champignons bruns persillés



Printemps / Eté

- Tomate farcie, Riz tomate
- Courgette farcie à la ricotta & lardons sur lit de Semoule parfumée
- Emincé de poulet au citron vert, Ratatouille
- Carré de porc, Duo persillé de haricots verts & pommes grenailles
- Filet mignon de porc au romarin, Méli-mélo de petits pois, carottes & pommes grenailles avec lardons
- Filet de poisson* aux amandes effilées, Sauté de riz aux courgettes, soja & sauce soja

*Lingue, Saumon, Truite, Lieu noir, ... selon arrivage.



La p'tite régéralade

Cuisine familiale

Pour vous donner envie de consulter régulièrement notre menu ...

Hors formule (prix TTC) :

- Plat : 12,20 €
- Entrée ou Dessert : 3,30 €
- Boissons : de 1,40 à 7,20 €
- Café : 1,50 €
- Thé : 2,00 €

Formules SANS boisson (prix TTC) :

- Plat + Entrée ou Plat + Dessert : 15,00 €
- Entrée + Plat + Dessert : 17,50 €

Formules AVEC boisson sans alcool (prix TTC) :

- Plat + Boisson : 14,00€
- Entrée + Plat + Boisson ou Plat + Dessert + Boisson 16,50€
- Entrée + Plat + Dessert + Boisson : 19,00 €



Quelques exemples de salades composées et de gratins :



Salades composées (en été)

- Taboulé (semoule parfumée, concombres, tomates, courgettes & olives vertes)
- Taboulé de quinoa à la feta (concombre, tomates, curry, menthe, coriandre & grenade)
- Salade de concombres, radis, tomates & chèvre frais, sauce citronnée
- Salade de riz, thon, tomate, maïs, concombre, cœurs d'artichaut & œuf dur
- Salade de haricots verts, pommes de terre, tomates, maïs, thon & œuf dur



Gratins (accompagnés de salade verte)

- Gratin de pommes de terre, ricotta & épinards avec ou sans saumon fumé
- Gratin de pommes de terre, poireaux & champignons
- Hachis Parmentier
- Gratin de pommes de terre, poireaux & chèvre
- Tartiflette (pommes de terre, oignons & reblochon) avec ou sans lardons
- Gratin de pommes de terre au munster & cumin
- Gratin de pommes de terre au camembert ou au Morbier avec ou sans lardons



La p'tite régéralade

Cuisine familiale

Pour vous donner envie de consulter régulièrement notre menu ...

Hors formule (prix TTC) :

- Plat : 12,20 €
- Entrée ou Dessert : 3,30 €
- Boissons : de 1,40 à 7,20 €
- Café : 1,50 €
- Thé : 2,00 €

Formules SANS boisson (prix TTC) :

- Plat + Entrée ou Plat + Dessert : 15,00 €
- Entrée + Plat + Dessert : 17,50 €

Formules AVEC boisson sans alcool (prix TTC) :

- Plat + Boisson : 14,00€
- Entrée + Plat + Boisson ou Plat + Dessert + Boisson 16,50€
- Entrée + Plat + Dessert + Boisson : 19,00 €



Quelques exemples de desserts :



Entremets

- Tiramisu au chocolat (sans café)
- Mascarpone aux fruits ou au citron vert, façon Tiramisu
- Mousse au chocolat avec ou sans crème fouettée
- Riz au lait
- Panna cotta & coulis de fruits
- Pommes caramélisées au beurre salé & fromage blanc
- Compotée de fruits frais de saison, fromage blanc & amandes effilées
- Salade de fraises citronnée à la menthe & crème fouettée



Gâteaux, tartes ...

- Tarte tatin
- Gâteau fondant aux poires
- Moelleux au chocolat
- Tarte amandine aux abricots ou à la nectarine
- Clafoutis aux pommes
- Cookie aux pépites de chocolat
- Pain perdu au chocolat
- Crumble aux fruits & pépites de chocolat
- Gâteau aux poires, pépites de chocolat & cacao





Pour vous donner envie de consulter régulièrement notre menu ...

Hors formule (prix TTC) :

- Plat : 12,20 €
- Entrée ou Dessert : 3,30 €
- Boissons : de 1,40 à 7,20 €
- Café : 1,50 €
- Thé : 2,00 €

Formules **SANS** boisson (prix TTC) :

- Plat + Entrée ou Plat + Dessert : 15,00 €
- Entrée + Plat + Dessert : 17,50 €

Formules **AVEC** boisson sans alcool (prix TTC) :

- Plat + Boisson : 14,00€
- Entrée + Plat + Boisson ou Plat + Dessert + Boisson : 16,50€
- Entrée + Plat + Dessert + Boisson : 19,00 €



Les boissons froides :



Sans alcool (prix TTC)

- Eau plate Cristaline (50 cl) 1,40 €
- Eau pétillante (50 cl) 2,10 €
- Coca-Cola, Coca-Cola Zéro, Eau MyTea Menthe, Eau MyTea Pêche, Jus d'orange, Schweppes agrumes (33 cl) 2,40 €



Bière* : Heineken (canette de 33 cl) 3,50 €

Vin au verre* (12,5 cl)

- Rouge - Ibis domaine Ravanès 6,50 €
- Blanc - Chardonnay 5,50 €
- Blanc - Racine Duché d'Uzès 5,80 €
- Blanc - Bourgogne aligoté 7,20 €
- Rosé - Grenandise (Uzès) 4,20 €



Les boissons chaudes :



Café

1,50 €



Thé

2,00 €

*Prix TTC, non inclus dans les formules