

LE POKE BOWL.

POKE POISSON CRU: QUINOA GOURMAND OU RIZ BASMATI, LENTILLES, CAROTTES, CONCOMBRES, AVOCAT, MANGUE, SAUMON MARINÉ

POKE POISSON FUMÉ: QUINOA GOURMAND OU RIZ BASMATI, SALADE, CAROTTES, CONCOMBRES, MANGUE, AVOCAT, SAUMON FUMÉ DU JOUR

POKE VEGGIE: QUINOA GOURMAND OU RIZ BASMATI, LENTILLES, COURGETTES, CAROTTES, CONCOMBRES, BETTERAVES, MAÏS, AVOCAT, MANGUE, LÉGUME DU JOUR

POKE + DESSERT + BOISSON

12.9€

POKE + SOUPE + DESSERT + BOISSON

14.9€

POKE + PÂTES CHAUDES + BOISSON

15.9€



LES SALADES COMPOSÉES

FERMIÈRE

-QUINOA GOURMAND, SALADE, TOMATES, CONCOMBRES, CAROTTES, POULET, MAÏS, OEUF, OLIVES, OIGNONS FRITS.

PAYSANNE

-PÂTES, POIVRONS MARINÉS, SALADE, TOMATES, HARICOTS VERTS, JAMBON, OEUF, FROMAGE, CROÛTONS.

VÉGÉTARIENNE

-RIZ, SALADE, TOMATES, BROCOLIS, CAROTTES, CONCOMBRES, THON, MAÏS, OLIVES, OIGNONS FRITS.

VEGGIE

-QUINOA GOURMAND, SALADE, LENTILLES, CAROTTES, BROCOLIS, TOMATES, COURGETTES, BETTERAVES, MAÏS.



SALADE + DESSERT + BOISSON 10.9€

SALADE + ENTRÉE + BOISSON 10.9€

SALADE + ENTRÉE + DESSERT + BOISSON 13.9€

LES FORMULES PLATS CHAUDS

PÂTES OU PLAT DU JOUR

PÂTES CARBONARA (SAUCE MAISON À BASE DE CRÈME FRAÎCHE, LARDONS FUMÉS, OEUFS)

PÂTES AU GORGONZOLA (SAUCE MAISON À BASE DE GORGONZOLA)

PÂTES AUX CHAMPIGNONS (SAUCE MAISON À BASE DE CRÈME FRAÎCHE ET DE CHAMPIGNONS FRAIS)

PÂTES AU SAMON (A BSE DE SAUMON CUIT FRAIS)



PLAT+ENTRÉE OU DESSERT+BOISSON 11.9€

PLAT+ENTRÉE+DESSERT+BOISSON 14.9€

PLAT+PETITE SALADE+DESSERT+BOISSON 15.9€

LA CARTE

SALADE VERTE	1.5€
SALADE MIXTE (SALADE, CAROTTES, MAÏS)	3€
ENTRÉE (QUICHE, CROQUE OU SOUPE)	3.5€
PETITE SALADE À COMPOSER	5€
GRANDE SALADE À COMPOSER	7€
POKE	8.9€
BURGER FRITES OU SALADE	8.9€
PÂTES CHAUDES	7.9€
PLAT CHAUD	7.9€
DESSERT	3€
BOISSON	2€
CAFÉ	1.5€

