**SAUCES ET EPICES**

-Pain aux graines:   3,00€ (100 gr)

-Galettes esséniennes : 12,00€ (1 sachet 150gr)

-Mélange d’épices de Vedat :   8,50€ (100gr)

-Caviar d’algue : 7,50€ (100gr)

-Tzatzíki à la turque : 3,50€ (100gr)

-Piyaz (Salade d’haricot sec) : 3,50€ (100gr)

-Boulettes de lentilles : 4,00€ (100gr)

-Humus : 3,00€ (barquette)

-Sauce Thai : 7,50€ (barquette)

-Sauce Vierge (provençal) :   6,50€ (barquette)

-Pesto du jour : 6,50€ (barquette)

-Tapenade d’olive : 6,00€ (barquette)

-Coulis de poivron rouge : 3,00€ (barquette)

-Sauce verte : 2,00€ (barquette)

-Sauce au poivre : 5,00€ (barquette)

-Sauce bolognaise : 1,60€ (100gr)

-Sauce Champignon : 1,50€ (100gr)

-Olive entier au sauce thaï : 4,00€ (barquette)

**SOUPE DU JOUR**

0,5L 3,50€

1L 6,50€

**PLAT DU JOUR**

**CEREALES ET LEGUMINEUSES**

-Riz sauvage au citron vert : 3,00€ (100gr)

-Taboulé de quinoa : 2,50€ (100gr)

-Salade de lentille/Blé… : 2,50€ (100gr)

**LEGUMES**

-Tartare d’avocat : 4,50€ (100gr)

-Tartare de betterave : 2,50€ (100gr)

-Chips de pomme de terre au four : 2,50€ (100gr)

-Pomme de terre rôti au four : 1,80€ (100gr)

-Aubergine grillé à l’huile de coco : 3,00€ (100gr)

-Légumes-vapeur/Purée/grillée : 2,50€ (100gr) -Champignon sautée : 2,50€ (100gr)

-Chicon caramélisé : 2,50€ (100gr)

-Salades du jour : 2,00€

(100gr)

-Aubergine végétarien : 10,50€ (Portion)

-Aubergine végan : 3,20€ (100gr)

-Tofu : 1,50€ (Piece)

**POISSONS** :

-Tartare de saumon ou crevette : 8,50€ (Portion)

-Tomate farci aux crevettes : 6 ,50€ (Portion)

-Filet de bar grillé : 13,50€ (Portion)

-Filet de dorade grillée : 13,50€ (Portion)

-Dos de cabillaud en BT : 9,50€ (Portion)

-Saumon mi-cuit : 10,00€ (Portion)

-Scampis grillé au four : 4 ,50€ (100gr)

-Scampis à l’ail : 4,90€ (100gr)

-Scampis à l’avocat : 4,50€ (100gr)

**VIANDES**

-Aubergine farci à la bolognaise : 12,50€ (Portion)

-Filet pur de Bœuf : 9,50€ (100gr)

-Filet pur de veau BT : 6 ,50€ (100gr)

-Blanc de poulet grillé : 4,20€ (100gr)

-Brochette de poulet : 4,20€ (100gr)

-Cuisse de poulet Jaune : 4,80€ (100gr)

-Blanc de dinde BT : 4,80€ (100gr)

-Boulette à la sauce tomate : 3,00€ (100gr)

-Lasagne Classique : 2,40€ (100gr)

-Dolmas farci riz-viande haché : 9,00€ (Portion)

-Osso Bucco : 14,00€ (Portion)

-Salade de poulet grillé : 4,00€ (100gr)

-Caille grillé : 4,80€ (100gr)

-Entrecôte Irlandais : 6€

(100gr)

-Foie de veau : 6,50€

(100gr)

**DESSERTS**

-Tarte au citron :  5,00€ (Portion)

30€ (Entière)

-Tarte au poire/pomme : 4,50€ (Portion)

28€ (Entière)

-Moelleux au chocolat : 4,50€ (Portion)

25€ (Entière)

-Pana cota au lait de coco : 3,80€ (Portion)

-Mousse au chocolat : 4,00€ (Portion)

-Tiramisu au spéculoos : 5,00€ (Portion)

-Salade Ananas

Au coulis de mandarine : 4,50€