



## 100% FAIT MAISON, SAIN & GOURMAND

### FORMULE LUNCH hors weekend

- Boisson du jour + Bowl + Dessert du jour **18 €**
- Boisson du jour + Toast + Dessert du jour **16 €**

### NOS HORAIRES de 9h30 à 18h30

- Du Mardi au Samedi
- Sur place ou à emporter

### FORMULE PANCAKES toute la journée : Pancakes sucrés (hors suppl.) + Boisson chaude

**11 €**

### BRUNCH TOUS LES SAMEDIS dès 11h30



### ALL DAY LONG (9H30-18H30)

**AVOCADO TOAST** - Miche auvergnate bio toastée (boulangerie Les Frères Chapeliers), avocat, gomasio maison, sésame noir bio, radis, pickles d'oignons rouges & herbes fraîches. **9,00 €**  
**Supplément** - Feta ou Oeuf mollet **+ 1,50 €**

**PANCAKES Sucrés/Salés** - Pancakes (x2), Oeuf au plat au gomasio, sirop d'érable, noisettes bio et amandes effilées torréfiées. **9,50 €**  
**Supplément** - Avocat ou Feta **+1,50 €**



### LUNCH TIME (12H-14H30)

**TOAST** - Miche auvergnate, beurre au sel de Guérande, asperges vertes rôties au citron, poêlée de champignons bruns au tamari, pickles d'oignons rouges, œuf mollet et gomasio, roquette, copeaux de parmesan. **11,00 €**

**BOWL** - Sarrasin, zestes d'orange et herbes fraîches, houmous d'haricots blancs, chou rouge au jus de pomme, cardamome et graines de carvi, poireau braisé, kasha, mesclun, graines torréfiées, radis. **12,00 €**  
**Supplément** - Feta ou Oeuf mollet **+1,50 €**



### SWEETS (9H30-18H30)

**PANCAKES MAISON (V/SG)** - Pancakes (x3), Banane, sirop d'érable bio, quinoa soufflé bio et amandes effilées torréfiées. **8,00 €**

**Super aliment bio au choix** - pancakes au charbon végétal ou matcha **+ 1,00 €**

**Topping au choix** - pépites de chocolat noir bio, fruits rouges, purée de cacahuète bio, purée de noisette bio, purée d'amande bio, noix de pecan bio, amande bio, noisette bio **+ 1,50 €**  
**par suppl.**

### COOKIE VEGAN

- Chocolat noir bio, noix de pécan bio, fleur de sel (V) **2,90 €**
- Chocolat noir bio, cacahuètes, purée de noisettes bio (V/SG)

**DESSERT DU JOUR** - inclus dans la formule lunch **4,00 €**

**GATEAU** - voir vitrine **4,50 €**

**GATEAU CRU** - voir vitrine **5,50 €**

**GRANOLA BOWL** - yaourt soja ou fromage blanc, granola bio, fruits frais, sirop d'érable bio. **5,00 €**



## SMOOTHIES

**SMOOTHIE BOISSON (5,50€) / SMOOTHIE BOWL avec toppings (7,50€) \***

**5,50 € / 7,50 €**

**Fruits rouges** - Banane, fruits rouges glacés & lait de soja bio

**Detox** - Banane, mangue glacée, spiruline bio & lait de soja bio

**Gourmand** - Banane, beurre de cacahuète, cacao bio & lait d'amande bio

**Exotic** - Banane, ananas glacé, lait de coco bio, citron bio

\*Servi avec granola bio, fruits frais, graines de chia bio, noix de coco bio



## BOISSONS CHAUDES BIO

**Café Ristretto, Espresso, Décaféiné**

**1,80 €**

**Café Allongé / Double Espresso**

**2,00 € / 2,60 €**

**Cappuccino / Latte** (lait végétal bio +0,5€ : coco, amande, soja, soja vanille, avoine)

**3,50 €**

**Chocolat chaud** (lait d'amande +0,5€)

**4,00 €**

**Charcoal Latte** - charbon actif végétal, extrait de vanille, lait d'avoine

**4,00 €**

**Matcha Latte** - thé vert matcha en poudre, sirop d'agave, lait de vache (lait d'avoine + 0,5€)

**4,00 €**

**Chai Latte** - chaï, cannelle, gingembre, lait de vache (lait d'amande +0,5€)

**4,00 €**

**Dirty Chaï** - espresso, chaï, cannelle, gingembre, lait de vache (lait d'amande +0,5€)

**4,50 €**

**Golden Milk** - curcuma, gingembre, poivre noir, lait vache (lait de coco + 0,5€)

**4,00 €**

**Maca Latte** - maca, cacao, sucre de coco (lait d'amande + 0,5€)

**4,00 €**

**Thés**

**3,50 €**

### Thés verts

**Le Souffle du Papillon** : Fruits exotiques, fruit de la passion

**Gout Russe** : 4 agrumes Bio

**Jasmin Bio**

**Chun Mee** : Thé vert nature doux

**Gun Powder** : Thé vert nature corsé

### Thé blanc

**Balade en Provence** : Thé blanc, melon, abricot, pêche, figue, lavande

### Thé wulong parfumé

**Temple de la lune** : Groseille, rhubarbe, pétales de mauve

### Thés noirs

**Pêche de vigne Bio** : pêche, fleur de souci

**Lapsang Souchong Bio** : thé noir fumé

**Breakfast Bio**

**Earl Grey Bio** : bergamote

### Infusions

**Chaï Bio**

**Verveine Bio**

**Rooïbos Bio**

**Menthe poivrée Bio**

**Detox** : Maté vert, maté torréfié, verveine citronnelle, thé vert, citronnelle, matcha



## BOISSONS FROIDES

**Eau plate / Eau gazeuse** - Les Abatilles 33cl

**2,50 € / 3,00 €**

**Sirop Bio à l'eau** - orgeat, menthe, fruits rouges, pêche

**2,50 €**

**Lemonaid bio** - Orange sanguine, Fruit de la passion, Gingembre, Citron vert

**4,00 €**

**Charitea Maté bio**

**4,00 €**

**Foliz Kombucha bio** - Citron-Gingembre, Framboise-Rose, Mangue-Curcuma

**4,00 €**

**La Boissonerie de Paris** Jus de fruit bio 33cl - Abricot, Mangue, Pomme du Tarn, Fraise, Framboise

**4,00 €**

**Boisson du jour**

**4,00 €**

**Citronnade maison**

**4,50 €**

**Café frappé bio** - café & sirop d'agave

**4,00 €**

**Iced latte bio** - café frappé & lait végétal au choix

**4,50 €**

**Matcha iced latte bio** - matcha frappé, sirop d'agave, lait végétal d'avoine

**4,50 €**

**Chaï latte frappé bio** - infusion de chaï, sirop d'agave, cannelle, lait d'amande

**4,50 €**