

# À LA CARTE

---

## Cette semaine

**LA SALADE DE RAMPON, ANANAS,  
TOFU BIO MARINÉ, POMME DE TERRE  
ET PIGNONS DE PIN... MAIS PAS QUE!**



du 12 au 18 février 2018

# À LA CARTE

du 12 au 18 février 2018

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<b>JUS SUPERFOOD</b>							
Bolero (Açaï, ananas, pomme, gingembre)			X	X	X		X
Capoeira (Açaï, kiwi, pomme, banane)			X	X	X		X
<b>JUS SLOW JUICER</b>							
Green Paradise (pomme, kiwi, gingembre, épinard)			X	X	X		X
Jus extra Kale (fenouil, kale, épinard, citron, gingembre, pomme)			X	X	X		X
<b>JUS DE FRUITS</b>							
Jus d'orange pressée			X	X	X		X
Pink Lady (pomme, framboise, banane)			X	X	X		X
La Dolce Vita (pomme, carotte, basilic, orange)			X	X	X		X
Folie du Verger (pomme, poire, menthe)			X	X	X		X
Gala Citron (pomme Gala, citron, basilic)			X	X	X		X
Green Ananas (ananas, épinard, persil, menthe, pomme)			X	X	X		X
Peau d'Ange (carotte Bio, miel, citron)		X		X	X		X
Belle de Jour (pomme, carotte Bio, gingembre)			X	X	X		X
<b>SMOOTHIES</b>							
Lassi sans lactose à la mangue et curcuma			X	X	X		
Zen-It (ananas, banane, basilic, pomme)			X	X	X		X
Quatre Fois Tout (poire, pomme, banane, kiwi)			X	X	X		X
Délice de Fripons (orange, carotte, banane)			X	X	X		X
<b>SOUPES ARTISANAL</b>							
Soupe de carotte à la coriandre			X	X	X		
Soupe de courge à l'orange et cannelle			X	X	X		

# À LA CARTE

du 12 au 18 février 2018

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<b>SALADES FRAÎCHEUR</b>							
Salade sucré-salé au poulet suisse à la sauce soja sans gluten, miel et graines de sésame	X			X	X		
Salade de rampon, ananas, tofu bio mariné, pomme de terre et pignons de pin			X	X	X		
Salade aux croquettes de chou-fleur au parmesan et légumes vapeur		X		X	X		
<b>SALADES CÉRÉALES</b>							
Grande salade au quinoa Bio, spiruline Bio et graines de chanvre Bio			X	X	X		
Medium salade au quinoa Bio, spiruline Bio et graines de chanvre Bio			X	X	X		
Mezzo salade au quinoa Bio, spiruline Bio et graines de chanvre Bio			X	X	X		
Grande salade de quinoa bio, graines de Chia, betterave et pomme Granny			X	X	X		
Medium Salade de quinoa bio, graines de Chia, betterave et pomme Granny			X	X	X		
Mezzo salade de quinoa bio, graines de Chia, betterave et pomme Granny			X	X	X		
Grande Salade penne rigate à la purée d'olives vertes et menthe		X					
<b>SALADES NATURE</b>							
Mezzo mesclun de salades et son gomasio Bio			X	X	X		
Mezzo salade de carottes rapées aux graines toastées			X	X	X		
Mezzo salade de pois chiches Bio au vinaigre de pomme			X	X	X		

# À LA CARTE

du 12 au 18 février 2018

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<b>WRAPS ÉQUILIBRE</b>							
Wrap au filet de poulet suisse, ricotta crémeuse et purée de tomates séchées maison	X						
Wrap aux champignons de paris, pomme de terre charlotte bio, chou kale mariné et sauce au tofu soyeux végan			X	X			
Wrap aux crevettes sauvages, épinards, oignons confits et guacamole	X			X			
<b>PAINS MULTICÉRÉALES</b>							
Pain multicéréales au jambon cru suisse, roquette et parmesan	X						
Pain multicéréales au boeuf suisse à la sauce tomate maison et gruyère	X						
Pain multicéréales au saumon bio fumé maison, fromage frais bio aux herbes et pousses de radis	X						
<b>DESSERTS LEGERS</b>							
Graines de chia bio au lait d'amandes bio, sucre de fleur de coco bio et compotée d'ananas au basilic			X	X	X		
Crumble Takinoa à la pomme bio au citron vert			X	X	X		
Gâteau sans gluten au chocolat et tofu soyeux Bio			X	X	X		
Riz aux laits végétaux à l'orange et à la fleur d'oranger			X		X		
Salade de fruits d'hiver			X	X	X		X
Perles du Japon bio au thé Matcha aux raisins secs bio et pomme granny à la menthe			X	X	X		
Bircher Takinoa aux céréales, miel et fruits frais		X					
Yoghourt Bio, purée de marrons et granola maison Bio		X					

# À LA CARTE

du 12 au 18 février 2018

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<b>ENCAS SAINS</b>							
Barre de céréales superfood aux baies de goji		X		X	X		
Palet Takinoa sans gluten			X	X	X		
Cookie Takinoa au chocolat		X		X			
Boule d'énergie rawfood au chocolat			X	X	X		
Boule d'énergie rawfood à la noix de coco			X	X	X		
Boule d'énergie rawfood nature			X	X	X		X
<b>MUFFINS MAISON</b>							
Muffin à la poire et chocolat sans lactose		X		X			
Muffin à la carotte et graines de courge bio sans lactose		X		X			
Muffin à la mangue, gingembre et amandes effilées sans lactose		X		X			

# À LA CARTE

du 12 au 18 février 2018

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<b><u>BOCAUX GOURMET</u></b>							
Bocal sucré-salé aux noodles de froment au ghee bio, légumes grillés et tofu mariné au chutney de mangue		X			X		
Bocal sucré-salé aux nouilles de froment au ghee bio, légumes grillés et crevettes marinés au chutney de mangue	X				X		
Bocal parmentier au boeuf suisse aux légumes anciens au lait d'amande et gruyère AOP	X				X		
Bocal parmentier au colin bio, légumes anciens au lait d'amande bio et gruyère AOP	X				X		
<b><u>THES FROIDS</u></b>							
Thé froid farandole			X	X	X		
Thé froid Romance			X	X	X		
Thé froid Hero			X	X	X		