

# À LA CARTE

## Cette semaine

LA SALADE FRAÎCHEUR D'AVOCAT, FÉTA,  
OLIVE ET TOMATE CERISE... MAIS PAS QUE!



du 14 au 20 mai 2018

# À LA CARTE

du 4 au 20 mai 2018

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<b>JUS SUPERFOOD</b>							
Capoeira (Açaï, kiwi, pomme, banane)			X	X	X		X
Bolero (Açaï, ananas, pomme, gingembre)			X	X	X		X
<b>JUS SLOW JUICER</b>							
Green Paradise (pomme, kiwi, gingembre, épinard)			X	X	X		X
Jus Vert Love Cold Press (fenouil, concombre, épinard, citron, curcuma, pomme)			X	X	X		X
<b>JUS DE FRUITS</b>							
Réveil Matin (pomme, carotte)			X	X	X		X
Concombre Rouge (betterave pomme, concombre)			X	X	X		X
Belle de Jour (pomme, carotte Bio, gingembre)			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
Bonne Mine (concombre, carotte Bio, pomme, citron)			X	X	X		X
Fer-veur (pomme, framboise, basilic)			X	X	X		X
<b>SMOOTHIES</b>							
Pink Lady (pomme, framboise, banane)			X	X	X		X
Zen-It (ananas, banane, basilic, pomme)			X	X	X		X
Lassi sans lactose à la mangue et curcuma			X	X	X		
<b>SOUPES ARTISANALES</b>							
Soupe de pois chiches bio aux épices d'orient			X	X	X		
Soupe d'épinards et lentilles corail Bio			X	X	X		

# À LA CARTE

du 4 au 20 mai 2018

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<b><u>SALADES FRAÎCHEUR</u></b>							
Salade sucré-salé au poulet suisse à la sauce soja sans gluten, miel et graines de sésame	X			X	X		
Salade d'avocat, féta, olive et tomate cerise		X			X		
<b><u>SALADES CÉRÉALES</u></b>							
Mezzo 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		
Medium salade de taboulé à la menthe et poulet suisse au curry	X			X			
Medium salade de taboulé à la menthe et courgette au curry			X	X			
Medium salade aux asperges vertes, lentilles bio, duo de riz rouge et basmati et carottes au paprika			X	X	X		
Medium salade au boeuf suisse à la coriandre, lentilles bio, duo de riz rouge et basmati et carottes au paprika	X			X	X		
<b><u>SALADES NATURE</u></b>							
Mezzo mesclun de salades et son gomasio Bio			X	X	X		
Mezzo salade de carottes rapées aux graines toastées			X	X	X		
<b><u>WRAPS ÉQUILIBRE</u></b>							
Wrap au filet de poulet suisse, ricotta crémeuse et purée de tomates séchées maison	X						
Wrap houmous bio maison, patate douce et avocat			X	X			
Wrap aux crevettes sauvages à la ciboulette et céleri frais	X			X			

# À LA CARTE

du 4 au 20 mai 2018

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<b><u>PAINS MULTICÉRÉALES</u></b>							
Pain multicéréales au jambon cru suisse, roquette et parmesan	X						
Pain multicéréales à la mozzarella, aubergine grillée et pousses d'épinard		X					
<b><u>DESSERTS LEGERS</u></b>							
Graines de Chia au lait d'amandes bio, sucre de fleur de coco bio et compotée de mangue aux épices			X	X	X		
Graines de Chia bio au lait d'amandes bio et fraises à l'acerola			X	X	X		
Crumble Takinoa de pomme à la lavande			X	X	X		
Crumble Takinoa à la rhubarbe et fraise			X	X	X		
Gâteau sans gluten au chocolat et tofu soyeux Bio			X	X	X		
Salade de fruits entre saison (kiwi-pomme-poire-ananas)			X	X	X		X
Perles du Japon au lait de coco et mangue			X	X	X		
Bircher Takinoa aux céréales, miel et fruits frais		X					
<b><u>ENCAS SAINS</u></b>							
Palet Takinoa sans gluten			X	X	X		
Cookie Takinoa au chocolat		X		X			
Boule d'énergie rawfood au chocolat			X	X	X		X
Boule d'énergie rawfood à la noix de coco			X	X	X		X
Boule d'énergie rawfood nature			X	X	X		X
EPFL Barre de céréales superfood baies de goji à la chlorella		X		X	X		
EPFL Barre de céréales superfood chocolat à la chlorella		X		X	X		

# À LA CARTE

du 4 au 20 mai 2018

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<b>MUFFINS MAISON</b>							
Muffin au fruit de la passion, chocolat et graines de sésame sans lactose		X		X			
Muffin à la poire et chocolat sans lactose		X		X			
Muffin à la carotte et graines de courge bio sans lactose		X		X			
<b>BOCAUX GOURMET</b>							
Bocal Tandoori au poulet suisse, légumes de saison et riz basmati Bio	X				X		
Bocal Tandoori au tofu bio aux herbes, légumes de saison et riz basmati bio		X			X		
Bocal parmentier au boeuf suisse aux légumes anciens au lait d'amande et gruyère AOP	X				X		
Bocal parmentier au colin, légumes anciens au lait d'amande bio et gruyère AOP	X				X		
Bocal au filet de poulet suisse à la sauce soja, miel et graines de sésame, nouilles Thaï au blé et légumes croquants	X			X			
Bocal aux flocons de soja à la sauce soja, miel et sésame, nouilles Thaï au blé et légumes croquants		X		X			
<b>THES FROIDS</b>							
Thé froid Farandole			X	X	X		
Thé froid Romance			X	X	X		
Thé froid Hero			X	X	X		