

**TAKINOA**  
FOOD FOR JOY



# À LA CARTE

du 5 au 11 novembre 2018

**UNE SOUPE ARTISANALE ET DE SAISON QUI RÉCHAUFFE  
LES CŒURS ? DÉCOUVREZ NOTRE SOUPE DE COURGE  
À LA CHÂTAIGNE SANS LACTOSE ET FAITE MAISON**

## Semaine du 5 au 11 novembre 2018



<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>						
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) 25cl			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	X
<b>SOUPES ARTISANALES</b>						
Soupe de courge à la châtaigne			X	X	X	
Soupe Velouté de champignons sans lactose			X	X	X	



**Semaine du 5 au 11 novembre 2018**



<b>SALADES FRAÎCHEUR</b>						
La Beijing: Salade sucré-salé au poulet suisse à la sauce soja sans gluten, miel et graines de sésame	X			X	X	
La Kyoto: Salade aux soba noodles au poulet suisse épicé et légumes vapeur	X			X	X	
La Fuji: Salade aux soba noodles, prune rôtie aux épices et légumes vapeur			X	X	X	
<b>SALADES CÉRÉALES</b>						
La Petite Mao: Mezzo salade au quinoa Bio, spiruline Bio et graines de chanvre Bio			X	X	X	
La Mao: Medium salade au quinoa Bio, spiruline Bio et graines de chanvre Bio			X	X	X	
La Cienfuegos : Salade aux lentilles, riz rouge et carotte au basilic			X	X	X	
la Habanera: Salade aux lentilles, riz rouge et boeuf suisse au basilic	X			X	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	
<b>WRAPS ÉQUILIBRE</b>						
Le Perly: Wrap au filet de poulet suisse, ricotta crémeuse et purée de tomates séchées maison	X					
Le Bilbao: Wrap boulettes de légumes à la protéine de chanvre bio et crème d'avocat		X		X		
Le Scottish wrap saumon bio avocat et carotte vapeur	X			X		



## Semaine du 5 au 11 novembre 2018



DESSERTS LEGERS						
La Guarana: Graines de Chia bio au lait d'amandes bio et pomme braisée au guarana			X	X	X	
Le Timut: Graines de Chia bio au lait d'amandes bio et compote de pomme et kiwi au timut			X	X	X	
Le Fruité: Crumble Takinoa de pomme à la cannelle et pistaches			X	X	X	
Le Soyeux: Gâteau sans gluten au chocolat et tofu soyeux Bio			X	X	X	
La Farandole: Salade de fruits entre saison (kiwi-pomme-poire-ananas)			X	X	X	X
Le Perlé: Perles du Japon au thé Matcha et poire à la vapeur aux baies de goji			X	X	X	
Le Swiss: Bircher Takinoa aux céréales, miel et fruits frais		X				

ENCAS SAINS						
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
Barre de céréales superfood baies de goji à la chlorella		X		X	X	
Barre de céréales superfood chocolat à la chlorella		X		X	X	

Semaine du 5 au 11 novembre 2018



<b>MUFFINS MAISON</b>						
Muffin à la carotte et graines de courge sans lactose		X		X		
Muffin à la poire et chocolat sans lactose		X		X		
Muffin au citron et graines de pavot sans lactose		X		X		
<b>BOCAUX GOURMET</b>						
Le Colombo: Bocal de bœuf suisse au curry, nouilles de riz et son écrasé d'épinards	X			X	X	
Le Sacaba: Bocal aux croquettes de légumes, nouilles de riz et son écrasé d'épinards		X		X	X	
Le Sligo: Bocal au saumon bio au vinaigre balsamique, quinoa bio et légumes de saison au thym citronné	X			X	X	
Le Romand: Bocal de carottes fondantes au vinaigre balsamique, quinoa bio et légumes de saison au thym citronné			X	X	X	
<b>THES FROIDS</b>						
Thé froid Romance 5dl			X	X	X	
Thé froid Farandole 5dl			X	X	X	