

# À LA CARTE

du 3 au 9 décembre 2018



DÉCOUVREZ NOTRE NOUVELLE SALADE VEGAN À LA VITELLOTTE SUR SON LIT DE KALE!

## Semaine du 3 au 9 décembre 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>						
Sanguinella (orange, framboise)			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
Peau d'Ange (carotte Bio, miel, citron)		X		X	X	X
La Dolce Vita (pomme, carotte, basilic, orange)			X	X	X	X
<b>SMOOTHIES</b>						
Pink Lady (pomme, framboise, banane)			X	X	X	X
Tout va Bien (pomme Royal Gala, mangue, banane, curcuma)			X	X	X	X
<b>SOUPES ARTISANALES</b>						
Soupe de courge au lait de coco			X	X	X	
Soupe d'épinard et lentille corail bio			X	X	X	

## Semaine du 3 au 9 décembre 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 Salzbourg: Salade au chou kale mariné, graines germées et poulet suisse au paprika fumé	X			X	X	
La Leinz: Salade au chou kale et graines germées, vitelotte à la menthe et paprika fumé			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	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 Ballens: Wrap aux champignons de paris, pomme de terre charlotte bio, chou kale mariné et sauce au tofu soyeux végétal			X	X		
Le Scottish wrap saumon bio avocat et carotte vapeur	X			X		

## Semaine du 3 au 9 décembre 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 aux baies de goji		X		X	X	
Barre de céréales superfood au chocolat		X		X	X	



**Semaine du 3 au 9 décembre 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 mangue et gingembre et amandes grillées	X	X				

<b>BOCAUX GOURMET</b>						
Le Goa : Bocal Daal de lentilles bio, farandole de riz et carottes fondantes à la menthe			X	X	X	
Le Panaji: Bocal Daal de lentilles bio, farandole de riz et boeuf suisse au curry et menthe	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	