

À LA CARTE

Cette semaine

**LA SALADE DE PENNE AU PESTO BASILIC
MAISON ET PARMESAN...
MAIS PAS QUE!**



du 11 au 16 septembre 2017

À LA CARTE

du 11 au 16 septembre 2017

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
JUS SUPERFOOD							
Vitamina d'açaï (pêche, fraise, pomme, açaï)			X	X	X		
Ipanema (pomme, pastèque, ananas, açaï)			X	X	X		
JUS SLOW JUICER							
Green Paradise (pomme, kiwi, gingembre, épinard)			X	X	X		
Jus extra Kale (fenouil, kale, épinard, citron, ging, pomme)			X	X	X		
JUS DE FRUITS							
Pink Lady (pomme, framboise, banane) 3dl PET			X	X	X		
Jus d'orange pressée			X	X	X		
Concombre Rouge (betterave, pomme, concombre)			X	X	X		
Bonne Mine (concombre, carotte Bio, pomme, citron)			X	X	X		X
Jardin potager (pomme, courgette, basilic, persil, citron, épinard, concombre)			X	X	X		
Folie du Verger (pomme, poire, menthe)			X	X	X		
Gala Citron (pomme Gala, citron, basilic)			X	X	X		
Green Ananas (ananas, épinard, persil, menthe, pomme) 3dl PET			X	X	X		
Peau d'Ange (carotte Bio, miel, citron)		X		X	X		
Belle de Jour (pomme, carotte Bio, gingembre)			X	X	X		
SMOOTHIES							
Lassi sans lactose à la mangue et curcuma			X	X	X		
Zen-It (ananas, banane, basilic, pomme)			X	X	X		
Quatre Fois Tout (poire, pomme, banane, kiwi)			X	X	X		
Délice de Fripons (orange, carotte, banane)			X	X	X		
SOUPES ARTISANALES							
Soupe de tomate au gingembre			X	X	X		
Soupe d'épinards et lentilles corail Bio			X	X	X		

À LA CARTE

du 11 au 16 septembre 2017

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Végan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
SALADES FRAÎCHEUR							
Salade sucré-salé au poulet suisse à la sauce soja sans gluten, miel et graines de sésame	X			X	X		
Salade toscane au jambon cru suisse, melon charentais, tomate cerise et mozzarella	X				X		
Salade à l'artichaut, parmesan reggiano et jambon cru suisse	X				X		
SALADES CÉRÉALES							
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		
Salade de penne au pesto basilic et parmesan Reggiano		X					
Mezzo salade de taboulé à la menthe et poulet suisse au curry	X			X			
Salade de taboulé Bio à la menthe et poulet suisse au curry	X			X			
SALADES NATURE							
Mezzo mesclun de salades et son gomasio Bio			X	X	X		
Mezzo salade de lentilles vertes Bio au vinaigre balsamique			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		
WRAPS ÉQUILIBRE							
Wrap au filet de poulet suisse, ricotta crémeuse et purée de tomates séchées maison	X						
Wrap aux crevettes sauvages à la ciboulette et céleri frais	X			X			
Wrap aux légumes grillés de saison et tapenade d'olives végan maison			X	X			

À LA CARTE

du 11 au 16 septembre 2017

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<u>PAINS MULTICÉRÉALES</u>							
Pain multicéréales à la mozzarella, aubergine grillée et pousses d'épinard		X					
Pain multicéréales au jambon cru suisse, roquette et parmesan	X						
Pain multicéréales au fromage de chèvre et sauce tomate aux légumes		X					
<u>TARTES SALÉES MAISON</u>							
Tarte salée à la mozzarella, pesto basilic et tomates		X					
Tarte salée à l'oignon rouge et raisins secs		X					
<u>DESSERTS LEGERS</u>							
Graines de Chia Bio au lait d'amandes Bio et compote de pomme et framboise			X	X	X		
Crumble Takinoa à la rhubarbe rose et framboises			X	X	X		
Gâteau sans gluten au chocolat et tofu soyeux Bio			X	X	X		
Crème chocolat au tofu soyeux Bio, compote de myrtilles à l'acerola Bio			X	X	X		
Salade de fruits d'été			X	X	X		
Perles du Japon au lait de coco et mangue			X	X	X		
Bircher Takinoa aux céréales, miel et fruits frais		X					
Yogourt Bio, compote de pommes à la cannelle et granola maison bio		X			X		
<u>ENCAS SAINS</u>							
Palet Takinoa sans gluten			X	X	X		
Barre de céréales superfood aux baies de goji		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		

À LA CARTE

du 11 au 16 septembre 2017

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
MUFFINS MAISON							
Muffin aux myrtilles sans lactose		X		X			
Muffin à la poire et chocolat sans lactose		X		X			
Muffin à la carotte et graines de courge sans lactose		X		X			
Muffin aux pommes, noisettes et graines de lin sans lactose		X		X			
BOCAUX GOURMET							
Bocal aux crevettes sauvages, lait de coco, citron vert et vermicelles de soja	X			X	X		
Bocal Filet de poulet suisse au caviar de poivron rouge maison et riz basmati bio	X			X	X		
Bocal Tajine tofu Bio aux épices d'orient, ratatouille et boulgour Bio			X	X			
BOISSONS FROIDES							
Thé froid Romance			X	X	X		
Thé froid Farandole			X	X	X		