

À LA CARTE

Cette semaine

**NOTRE BOCAL GOURMET AUX CREVETTES
SAUVAGES AU CURRY JAPONAIS,
QUINOA BIO ET SON ÉCRASÉ D'ÉPINARDS...
MAIS PAS QUE!**



du 20 au 26 novembre 2017

À LA CARTE

du 20 au 26 novembre 2017

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
JUS SUPERFOOD							
Bolero (Açaï, ananas, pomme, gingembre)			X	X	X		
Capoeira (Açaï, kiwi, pomme, banane)			X	X	X		
JUS SLOW JUICER							
Green Paradise (pomme, kiwi, gingembre, épinard)			X	X	X		
Jus extra Kale (fenouil, kale, épinard, citron, gingembre, pomme)			X	X	X		
JUS DE FRUITS							
Jus d'orange pressée			X	X	X		
Pink Lady (pomme, framboise, banane)			X	X	X		
La Dolce Vita (pomme, carotte, basilic, orange)			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)			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							
Sans soupe	X	X	X	X	X	X	
Soupe de potiron à la châtaigne			X	X	X		
Soupe d'épinards et lentilles corail Bio			X	X	X		

À LA CARTE

du 20 au 26 novembre 2017

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	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 au kale mariné, graines germées et poulet suisse au paprika fumé	X			X	X		
Salade de farandole de choux croquants à la feta et figue fraîche		X			X		
SALADES CÉRÉALES							
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 Penne au blé complet sauce aux champignons et tofu soyeux Bio			X	X			
Grande salade au riz basmati Bio bariolé à l'indienne et l'herbe de blé Bio			X	X	X		
Mezzo Salade riz bariolé à l'indienne à l'herbe de blé Bio			X	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 à la dinde aux oignons confits, mozzarella et chou vert braisé	X						
Wrap houmous bio maison, courge à la vapeur et avocat			X	X			

À LA CARTE

du 20 au 26 novembre 2017

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
<u>PAINS MULTICÉRÉALES</u>							
Pain multicéréales au cheddar et poulet suisse	X						
Pain multicéréales au jambon cru suisse, roquette et parmesan	X						
Pain multicéréales au fromage de chèvre et sauce tomate aux légumes		X					
<u>DESSERTS LEGERS</u>							
Graines de Chia et compotée de mangue aux épices			X	X	X		
Crumble Takinoa à la poire et cardamome			X	X	X		
Gâteau sans gluten au chocolat et tofu soyeux Bio			X	X	X		
Crème chocolat au tofu soyeux Bio, compote de kiwi au guarana Bio et son granola bio maison		X		X	X		
Salade de fruits entre saison (kiwi-pomme-poire-ananas)			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 aux graines de chia au lait de coco et myrtilles		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 20 au 26 novembre 2017

Libellé	Fléxivore	Végétarien	Végétalien / Vegan	Sans lactose	Naturelment S-Gluten	sans attribut	RAW FOOD
MUFFINS MAISON							
Muffin aux pommes, noisettes et graines de lin 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 figue et pomme sans lactose		X		X			
BOCAUX GOURMET							
Bocal Daal de lentilles bio, farandole de riz et saumon bio à la menthe	X			X	X		
Bocal sauce yogourt, citron et coriandre et filet de poulet cbt suisse au curcuma	X				X		
Bocal Moussaka d'agneau à la coriandre et à la feta	X				X		
Bocal aux crevettes sauvages au curry japonais, quinoa Bio et son écrasé d'épinards	X			X	X		
Bocal Moussaka à la protéine de soja Bio, coriandre et feta		X			X		
Bocal sauce yogourt, citron et coriandre et ses légumes à la vapeur au curcuma		X			X		
Bocal Daal de lentilles bio, farandole de riz et carottes fondantes à la menthe			X	X	X		
BOISSONS FROIDES							
Thé froid Romance			X	X	X		
Thé froid Farandole			X	X	X		
Thé froid Hero			X	X	X		