

MENU DE LA SEMAINE



Du 23 Août au 6 Septembre



ENTRÉES

- Céleri rémoulade *Vg*  
- Rillettes de saumon sauvage, pommes Granny Smith et coriandre  
- Gaspacho melon, pastèque et féta *Vg*  

PLATS CHAUDS

- Quinotto courgettes, curry *Vg*  
- Sauté de poulet pesto, millet, noix de cajou, tomates poêlées  
- Filet de colin sauvage sauce safranée, tagliatelles et courgettes 

LES PÂTES :

- Pennes aux légumes, tofu, sauce épinard *Vg*  
- Pennes à la bolognaise  
- Tagliatelles au colin sauvage sauce curry 

SNACKING

SANDWICHES :

- **Le Caprice** : Chèvre frais, abricots et noix *Vg*  
- **Le JB** : Jambon, beurre, salade  
- **Le Solanid** : Rillettes de saumon sauvage, orange, noisettes 
- **Le Gusto** : Poulet, tomates, mozzarella, pesto  
- **Le Marmi'thon** : Thon sauvage, carottes, fromage blanc, curry 

POKE BOWLS

- **VEGA BOWL** : Haricots verts, lentilles corails, orge *Vn*  
- **CARNI BOWL** : Poulet, pois chiche, oignon rouge, riz complet, concombre  
- **FISH BOWL** : Saumon sauvage, oignon rouge, concombre, pois chiche, boulgour 

DESSERTS

- Fromage blanc et crumble chocolat
- Mousse au chocolat, graines de courge 
- Cookie chocolat blanc, noisettes
- Cake banane chocolat
- Brownie aux noix de cajou

LES FRUITS FRAIS DECOURPES :

- Pastèque 
- Melon 



100% BIO
& pêche durable


**CUISINE
FRAÎCHE**
de saison

Vn VÉGAN

Vg VÉGÉTARIEN

 SANS GLUTEN



Tous nos produits sont
issus de l'agriculture
biologique,
hors poisson sauvage
(MSC – Pêche durable)