



• Menu •

• Menu •

Déjeuner

- ♦ Muffin 3\$ Pommes carottes & coco, citrouille & grenobles
♦ Remplis de minéraux, de fibres & de bonheur
- ♦ Gaufre Belge 3\$ / 5\$⁽²⁾ Jambon, fromage, échalotte & érable ou nature
- ♦ Rôties 3\$ Beurre de noix bios ou miel
- ♦ Burrito matin 5\$ Salsa, oeuf, fromage & fèves rouges
- ♦ Gruau bio 4\$ Mélange maison de noix bios & fruits déshydratés
♦ Protéines & oméga-3
- ♦ Smoothie "Rouge" 6.30\$ Framboises, litchis & chia
♦ Antioxydant et oméga-3
- ♦ Smoothie "Le vertueux" 6.30\$ Épinard / kale, avocat, gingembre, manqué & sésame
♦ Remplis de bons gras mono & calcium
- ♦ Smoothie bol 7\$ Le rouge ou le vert, avec 3 choix de garnitures
- ♦ Yogourt 5\$ Avec granola maison & miel
- ♦ Fruits frais 1\$ Bio
- ♦ Pudding de chia 4\$ À la cardamome avec confiture & granola maison
♦ Protéine complète + fer


Menu du jour

- ♦ Potage 4.30\$
- ♦ Salade inspirée 6\$_{petite} / 9\$_{grande}
- ♦ Plat chaud du jour 9\$ / 6\$_{enfant}
- ♦ Sandwich 6.50\$ Légumes grillés & chèvre
Jambon, fromage & pesto
Poulet & confit d'oignons

Café - Internet sur place Repas santé pour emporter

Traiteur sur commande

450.327.1027 #2



Station de lavage pour vélo & outils disponibles !

Les liquides froids

- Limonade maison 4\$ ♦Détoxifiante
- Tonic & jus maison 4\$
- Chaï glacé 6\$ Mélange d'épices maison et chaga ♦Antioxydant
- Latté doré glacé 6\$ Infusion maison de citronnelle, curcuma, miel & orange ♦Anti-inflamatoire
- Lait/Jus 2\$ Bio

Les sucreries

- Biscuit 2\$ Pépites géantes, canneberges & grenobles Choco noir & gingembre (sans gluten ni laitage)
- Dessert du jour 4\$
- Boules d'énergie 2\$
Choco canneberges : beurre d'amandes bio, dattes, noix de coco & lin
Matcha : avoine bio, dattes, pâte d'amande, chia & coco ♦Énergisantes
- Pudding de chia 4\$
À la cardamome avec banane-citronnée & granola maison ♦Protéine complète + fer

Les liquides chauds

- Café 2.50\$ Third wave
- Latté 3.50\$ tasse 4\$ bol
- Cappuccino & Flat white 3.50\$
- Espresso 2.50\$
- Bulletproof coffee 4\$ Double espresso, beurre & gras de coco. ♦Keto style!
- Chocolat chaud 3.50\$ Chocolat noir & sucre de canne bio
- Chocolat chaud maya 3.50\$ Chocolat noir canelle
- Mocaccino 4\$ Double espresso, chocolat noir & lait moussé
- Chaga chaï 6\$ Mélange d'épices maison & chaga ♦Antioxydant
- Latté doré 6\$ Infusion maison de citronnelle, curcuma miel & orange ♦Anti-inflamatoire
- Latté sésame 4\$ Lait chaud, pâte de sésame bio, vanille & miel
- Latté rose 4\$ Eau de rose & cardamome
- Tisane 3\$ Mélange maison de notre herboriste Johanne



7h / 17h30 semaine

(450) 327-1027 #2

10 des Merisiers, Ste-Anne-des-Lacs