









# MENU DE LA SEMAINE










## ENTRÉES

- Salade d'épeautre, patates douces, graines de courge *Vn*  
- Salade de chou rouge, pommes et graines de sésame *Vn*  
- Rillettes de saumon sauvage, graines de sésame  
- Soupe de carottes au cumin *Vg*  

## BUDDHA BOWLS

- NOUVEAU VÉGÉTA BOWL** : Salade de haricots blancs, chou-fleur, penne aux olives et carottes râpées *Vg*  
- **CARNI BOWL** : Poulet, dés de courge, betteraves, boulghour et riz 
- **FISH BOWL** : Saumon sauvage, oignons rouges, carottes, pois chiches, boulghour 





## PLATS CHAUDS

- Lasagnes Bolognaise 
- NOUVEAU** Légumes d'hiver et gnocchi *Vn*  
- Chili con carne  
- NOUVEAU** Pavé de saumon sauvage grillé, risotto aux champignons  

## FRUITS FRAIS DÉCOUPÉS

- Ananas

## DESSERTS

- Gâteau de fromage blanc à l'orange
- Compote pommes, poires, vanille 
- Mousse au chocolat noir, noisettes torréfiées 
- Cookie chocolat noir, noisettes
- Fromage blanc, crème de marrons 
- Panna cotta, coulis de poires 
- Cake banane chocolat

## SNACKING

- NOUVEAU** Quiche saumon sauvage, poireaux et moutarde 

### SANDWICHES :

- **Le Caprice** : Chèvre frais, abricots et noix *Vg*  
- **Le JB** : Jambon, beurre, salade 
- **Le Solanid** : Rillettes de saumon sauvage, orange, noisettes 
- NOUVEAU** **Le Crudi** : Mélange de crudités, vinaigrette au romarin *Vn*  
- NOUVEAU** **Le Pumpkin** : Poulet, purée butternut, champignons 



**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)