

Food

(mardi au vendredi)

ALL DAY

AVOCADO TOAST ^{(1) (8) (9) (12)} 12€

Tartine au levain, houmous de betteraves, avocat européen, huile d'olive ail et romarin, pickles maison, granola salé.

*Option sans gluten: gaufres patate douce (+2€)

*Option: oeuf mollet ou au plat / feta (+2€)

GRANOLA BOWL ⁽⁸⁾ 5,5€ / 7,5€

Yaourt de soja bio
ou Fromage blanc de brebis bio

+ Fruits frais de saison, graines de chia, chips de coco, granola maison (SG), sirop d'érable

SMOOTHIE BOWL ⁽⁸⁾ 9€

Servi avec fruits frais de saison, graines de chia, chips de coco, granola maison (SG)

GOURMAND

Banane glacée, dattes, cacao cru, purée de cacahuètes, lait d'amande

GOLDEN

Banane, mangue glacée, curcuma gingembre, lait de coco

PROTÉINÉ

Banane, fruits rouges surgelés, flocons d'avoine, lait de soja

TOPPINGS ⁽⁸⁾

Noisettes/Cacahuètes (+1€), Pépites de chocolat (+1€), Purée de cacahuètes ou amandes (+1,5€)

NOTE:

La cuisine végétale nécessite l'utilisation de nombreux ingrédients qui ne sont pas toujours mentionnés dans les descriptions.

Merci de nous communiquer en amont toute allergie ou intolérance.

LUNCH

LE TOAST ^{(1) (4) (7) (8) (9) (12)} 15,5€

Tartine au levain de seigle, fenouil confit au balsamique et agave, crème au bleu des Causses, confiture de figues, roquette, pickles d'oignons, noisettes torréfiées.

+ Servi avec crudités et salade verte.

*Option: oeuf au plat ou mollet (+2€)

*Option Vegan: labné

Formule: boisson + dessert du jour 23€

LE JOYA ^{(3) (4) (6) (8) (9) (12)} 15,5€

Patate douce rôtie au paprika, labné vegan, quinoa rouge, oeuf mollet en pickles, herbes fraîches, granola salé, oignon rouge caramélisé au romarin, huile de poireau, roquette.

*Option: 1/2 avocat (+2,5€) / feta (+2€)

Formule: boisson + dessert du jour 23€

LE BUN ^{(1) (3) (4) (7) (9) (12)} 15,5€

Pain bun artisanal, chutney d'oignons, galette de brocolis et poireaux, crème au chèvre, tomates confites, oignons frits, herbes fraîches

+ Servi avec pommes de terre grenaille, crudités et salade verte.

*Option: 1/2 avocat (+2,5€) / oeuf au plat (+2€)

Formule: boisson + dessert du jour 23€

LE KIDS ^{(1) (3) (8)} 12€

Pommes de terre grenailles, toast oeuf au plat, cookie/brownie, jus bio (au choix)

LES "À CÔTÉS"

En supplément

*Salade verte, crudités, mix de graines 3€

*Pommes de terre grenaille rôties 3,5€

26,5€
/p.

Brunch

(jours fériés & samedis)

- **1 BOISSON CHAUDE**

Au choix (sauf Superfood Lattes +2,5€)

- **1 BOISSON FROIDE**

Eau fruitée maison 25cl

OU

Jus de fruit bio (+3,5€) / Soda naturel (+4,5€) → voir carte des boissons

- **GRANOLA BOWL** ^{(6) (8)}

Yaourt de soja, granola maison, sirop d'érable, fruits frais de saison

- **PAIN PERDU** ^{(1) (3) (4) (6) (7) (9) (12)}

Pain de mie artisanal façon pain perdu

Oeufs ou tofu brouillé

Courgettes, brocolis, tomates séchées, noisettes

Tomme de brebis au lait cru

Pommes de terre hasselback & sauce aux herbes

Crudités et salade verte

*Option: 1/2 avocat (+2,5€)

*Option sans gluten: gauffres de patate douce (+1€)

- **PÂTISSERIE AU CHOIX / PANCAKES (VG/SG) (+3,80€)**

FORMULE KIDS (12,5€) ^{(1) (3) (6) (8)}

- Jus de fruit bio (Pomme Fraise ou Abricot)

- Yaourt de soja bio aromatisé

- Pain de mie toasté, oeuf au plat, pommes de terre hasselback

- Bol de fruits frais ou 1 pancake (pépites de chocolat, sirop d'érable)

POUR LES PETITES FAIMS ...

MINI BRUNCH (20,5€)

- Eau fruitée maison

- Pain Perdu

- Granola Bowl

Boissons

CAFÉS

EXPRESSO / ALLONGÉ	2€
DÉCA / NOISETTE	2,2€
AMERICANO (shot supp +0,5€)	2€
DOUBLE EXPRESSO	3,5€

LATTE MACCHIATO • 27CL 4€
(Option Sirop Vanille +0,5€)

CAPPUCINO • 27CL 4,5€

MOCACCINO • 27CL 5€

CHAÏ LATTE • 27CL 5€

DIRTY CHAÏ LATTE • 27CL 5€

LONDON FOG • 27CL 5€

LAIT BIO AU CHOIX

- Vache, soja, avoine
- Amande, coco, soja vanille (+0,5€)



Cafés et Superfood lattes disponibles en version **FRAPPÉE**

+0,5€

SUPERFOOD LATTES

GOLDEN 5€
Lait de coco, pâte de curcuma frais confit, gingembre, cardamome

PINK 5€
Lait d'amande, betterave confite au sirop de datte, cacao cru criollo, cardamome verte

MATCHA 6€
Lait d'avoine, pâte de matcha et moringa, sirop de riz, huile de coco, gingembre

CHOCOLAT CHAUD 4,5€
Chocolat, lait bio avoine/soja/vache

BOISSONS FRAÎCHES

JUS ARTISANAUX BIO 25CL 4€
Pomme Fraise
Nectar d'abricot

LEMONAID BIO 33 CL | CHARITEA 4,5€
Citron vert
Fruit de la passion

SODAS NATURELS 33CL | UMÀ PARIS 5€

COLA
Kola, écorce de citron, cannelle, agave

IPA
Houblon citra, jus de yuzu, agave, citron

GINGER BEER
Racines de gingembre, citron, agave

ORANGEADE
Ecorces d'orange et de mandarine, citron, agave

PÉTILLANT NATUREL 1L | PET' NAT' 12€
Verjus et jus de raisin blanc du Périgord, fleurs de sureau, thym citronné et romarin du Massif Central, miel des Pyrénées.

SMOOTHIES • 40CL

GOURMAND 7€
Banane glacée, dattes, cacao cru, purée de cacahuètes, lait d'amande

GOLDEN 7€
Banane, mange glacée, curcuma, gingembre, lait de coco

PROTÉINÉ 7€
Banane, fruits rouges congelés, flocons d'avoine, lait de soja

Boissons

THÉS & INFUSIONS • 4€



Tous nos thés et infusions sont fournis par **Les Jardins de Gaïa**, entreprise française soutenant l'agriculture biologique et le commerce équitable.

THÉ BLANC JASMINE PHOENIX

Perles de Jasmin, Chine

THÉ VERT LADY YANG

Poire Litchi

THÉ VERT GUNPOWDER

Nature

THÉ NOIR EARL GREY

Bergamote

ROOIBOS GINGER LEMON

Gingembre, lemongrass

ROOIBOS LE FRUIT QUI ROUGIT

Hibiscus, pomme, fraise

TISANE ENFANT

Pomme, fraise, vanille, hibiscus

► Cette composition de fruits libère une infusion fruitée, douce et parfumée pour petits et grands enfants.

INFUSIONS BIENFAISANTES

CACAO

Ecorces de cacao criollo

► *Boisson chocolatée sans calorie, douce et chaleureuse qui réduit le stress et l'anxiété.*

HIBISCUS

► *Désaltérante, revitalisante et drainante.*

LA TISANE DE MAMY

Menthe poivrée, murier, écorces d'églantine

► *Idéale en fin de repas pour stimuler la digestion. Antispasmodique et apaisante, elle contribue à préserver l'équilibre nerveux.*

MASALA TCHAI

Cannelle, gingembre, cardamome, poivre noir, clou de girofle

► Réchauffe le corps tout en libérant l'esprit.

INFUSION VERVEINE

► Apaisante et savoureuse, une base indispensable au bien-être général !

INFUSION MAMAN BABY

Carvi, fenouil, anis

► Réchauffe le corps tout en libérant l'esprit.