

*Sans gluten* N'hésitez pas à consulter nos choix végétarien et sans gluten dans tous nos menus

- |  |  |
|--|--|
| <p><b>Salade de canard confit</b> 🌱 21,95\$</p> <p>Canard confit, oranges, fèves germées, concombres, poivrons rouges, vinaigrette au sésame sur mélange de laitue</p>                       | <p><b>Salade la satay</b> 🌱 20,95\$</p> <p>Poulet grillé, zucchini, carottes, fèves germées, poivrons rouges et vinaigrette à la mangue</p>  |
| <p><b>Salade de crevettes</b> 🌱 21,95\$</p> <p>Quinoa aux champignons et estragon, brochette de crevettes, citron et fines herbes, fruits frais</p>  | <p><b>Salade la suave scandinave</b> 🌱 20,95\$</p> <p>Saumon gravelax, zucchini, câpres, oignons rouges, brie et vinaigrette balsamique</p>  |
| <p><b>Salade feta</b> 🌱 🥛 18,95\$</p> <p>Roquette, épinards, tomates, concombres, feta, olives Kalamata, oignons rouges et vinaigrette balsamique</p>  | <p><b>Poke bol poulet au miel</b> 20,50\$</p> <p>Blanc de volaille glacé au miel, quinoa, avocat, tomates cerises, échalotes, coriandre fraîche, sauce soya</p>  |
| <p><b>Salade la manga</b> 🌱 20,95\$</p> <p>Poulet grillé, zucchini, pommes, raisins, fraises et vinaigrette à la mangue</p>  | <p><b>Poke bol au bœuf</b> 🌱 20,50\$</p> <p>Tataki de bœuf, avocat, graines de sésame, épinards, coriandre et menthe fraîche, spirales de zucchini et carottes</p>   |
| <p><b>Salade de poulet</b> 20,95\$</p> <p>(sans allergènes et sans gluten) 🌱</p> <p>Mélange de laitue, légumes du jardin, blanc de volaille et vinaigrette balsamique</p>                    | <p><b>Bol Bibimbap</b> 🌱 <b>Nouveau</b> 23\$</p> <p>(bol de riz coréen) 🌱</p> <p>Riz, œufs cuits durs, épinards, fèves germées, champignons shiitakes, concombre, poivron, carotte, sauce soya, huile de sésame, flocons de piment rouge séchés, ail, huile d'olive</p>                      |
| <p><b>Salade de poulet fruitée</b> 🌱 🥛 20,95\$</p> <p>Poitrine de poulet, gelée de pommes, cheddar, abricots et poivrons rouges sur mélange de laitue et vinaigrette vin blanc et érable</p> | <p><b>Bol santé protéiné</b> 🌱 <b>Nouveau</b> 23\$</p> <p>(sans lactose et sans gluten) 🌱 🌱</p> <p>Riz brun, tofu, œufs mollets, patate douce grillée, brocoli grillé, chou-fleur grillé, avocat, pois chiches, canneberges, graines de tournesol et de citrouille, vinaigrette au choix</p> |
| <p><b>Salade la niçoise</b> 🌱 🥛 🌱 18,95\$</p> <p>Thon, zucchini, olives noires, œufs cuits durs, laitue, mozzarella et vinaigrette balsamique</p>  |  |

Aucune annulation ou modification à moins de 48h de l'événement • Prix en vigueur mars 2023. Prix sujets à changement sans préavis. • Frais de livraison en sus.

🌱 TOUTE NOTRE CUISINE EST SANS NOIX NI ARACHIDES | 🥛 Contient du lactose | 🥚 Contient des œufs | 🌱 Sans gluten | 🌱 Menu végétalien

**Vegan** N'hésitez pas à consulter nos choix végétarien et sans gluten dans tous nos menus

### Salade végétarienne 🌱 🌾

17,50\$

Quinoa aux champignons, légumes grillés aux fines herbes, pain frais et fruits

### Doke bol végétarien 🌱 🌾

17,50\$

Vermicelles de riz, carottes râpées, betteraves râpées, chou vert, raisins rouges, graines de tournesol, coriandre fraîche avec salade de fruits frais à la menthe

### Doke Bol aux Fèves rouges à la mexicaine 🌱 🌾

17,50\$

Fèves rouges, courgettes, champignons, carottes, oignons verts, maïs, tomates et persil sur riz et mayo vegan

### Doke Bol Cari savoureux 🌱 🌾

17,50\$

Pois chiches au cari, tian aux légumes (courgettes, poivrons rouges, tomates cerises, concombre) persil, citron et couscous israélien



Aucune annulation ou modification à moins de 48h de l'événement • Prix en vigueur mars 2023. Prix sujets à changement sans préavis. • Frais de livraison en sus.

🌱 TOUTE NOTRE CUISINE EST SANS NOIX NI ARACHIDES | 🥛 Contient du lactose | 🥚 Contient des œufs | 🌾 Sans gluten | 🌱 Menu végétarien