

# Série Classique

- 1- Choisir pain, salade ou sushi
- 2- choisir garniture
- 3- Choix du dessert

Inclus le potage du jour et l'accompagnement du moment, crudités et fromage

## Sandwiches et Salades

11.25\$ (taxes en sus)

### Choix de pain ou Salade

Ciabatta fitness	Bagnat blé entier	Mesclun
Baguette niçoise	Tortillas (wrap)	
Bagel sésame	Pita	

### Garniture

**Salade de thon** (thon, mayo, céleri)

**Rôti de boeuf** (Rôti de boeuf, mayo, moutarde au miel, fromage suisse, laitue)

**Salade de poulet** (Poitrine de poulet, mayo, céleri)

**Poulet BBQ** (Poitrine de poulet, sauce BBQ au miel, céleri, laitue)

**Jambon Brie** (Jambon forêt noire, Brie, canneberge séchées, mayo, laitue)

**Saumon fume** (oignon rouge, fromage crème, laitue)

**Crab Cake** (mayo épicée, poivron rouge, concombre, laitue)

**Rôti de porc à l'ail** (moutarde miel, fromage Suisse, laitue)

**Porc effiloché** (fromage cheddar, laitue)

**Végétarien** (Tofu au balsamique, fève germée, poivron, fromage à la crème, laitue)

**Grec** (Feta, olives noires, oignon rouge, tomate)

**Viandes froides** (Jambon, rôti de boeuf, poitrine de dinde, from. suisse, mayo, laitue)

## Sushi

13.50\$

taxes en sus

### Kamikaze thon rouge

(thon rouge, concombre, mayo, tobiko, tempura)

### Exotique

(saumon, mandarine, avocat, mayo, sésame)

### Boston

(Crevettes, goberge, laitue, mayo, tobiko)

### Saumon épicé

(saumon, mayo épicée, mangue, sésame)

### Végétarien

(concombre, avocat, mangue, carottes, sésame)

### Tsunami

(Crevette tempura, mayo épicée, concombre, avocat, laitue)

### La Totale

(saumon, saumon fumé, tempura, mangue, avocat, mayo épicée, tobiko)

### Mer-soleil

(Saumon fumé, mascarpone, mayo, laitue, avocat, goberge, tomates séchées)

### Improbable

(parfait de foie gras, pommes caramélisée, mascarpone, sésame, laitue)

Inclus

5 Makis, 4 hossomaki du chef, gingembre, wasabi, sauce, baguettes, mesclun, crudités et fromage

## Desserts

Gâteau extrême chocolat

Fruits frais

Gâteau extrême érable

Tarte au sucre

Brownie

Gâteau extrême caramel

Gateau sucre à la crème

Yogourt du moment

Mousse au chocolat maison

Crème brûlée

## Breuvages

Eau Eska (500 ml)	1.00\$	7-up	1.00\$
-------------------	--------	------	--------

Perrier (355ml)	1.50\$	Pepsi	1.00\$
-----------------	--------	-------	--------

Thé glacé	1.50\$	7-up diet	1.00\$
-----------	--------	-----------	--------

Jus pomme ou orange	1.00\$	Pepsi diet	1.00\$
---------------------	--------	------------	--------

taxes en sus

# Série Exécutive

- 1- Choisir une protéine
- 2- Choisir un accompagnement
- 3- Choisir un féculent
- 4- Choix d'un dessert.

## Repas

16.00\$

taxes en sus

### Protéine

Chiffonade de Rôti de boeuf  
Suprême de volaille Thai  
Aiguillettes de porc, duxelle de champignon  
Pavé de saumon, caramel de balsamique  
Filet de Tilapia, tapenade d'olive noire  
Pulled Pork et marinades

Magret de canard, gelée d'orange (+5.00\$)

Tartare de boeuf, gelée de porto (+4.00)

Salade de homard et mangues (+3.00)

### Accompagnement

Salade de brocoli	Salade grecque
Salade de légumineuse	Coeur palmiers et artichauts
Salade de pâtes	Salade printanière

### Féculent

Riz sauvage	Couscous à la grecque
Riz basmati	Quinoa
Polenta	Grelots au pesto

### Comprend aussi:

Laitue mesclun et vinaigrette maison  
Pain baguette, beurre  
Cruautés et fromage



Les menus ainsi que les prix sont sujets à changement sans préavis