

CARTE DE LA SEMAINE

DU 19 JANVIER AU 23 JANVIER

ENTRÉES

QUICHE AUBERGINES, PESTO ROSSO,
MOZZARELLA

VELOUTÉ DE CAROTTES AU LAIT DE COCO

TABOULÉ



SALADE REPAS

SALADE CAESAR : SALADE VERTE, ÉMINCÉ
DE POULET RÔTI, TOMATES CERISES, OEUFS
DUR, CROÛTONS, COPEAUX DE GRANA
PADANO, SAUCE CAESAR



POKÉ BOWL

POKÉ SAUMON : RIZ, CHOU CHINOIS,
CAROTTES RÂPÉES, CONCOMBRE, FÈVES
EDAMAME, SAUMON MARINÉ,
GINGEMBRE, SÉSAME



PÂTES GARNIES

PÂTES À LA CRÈME DE GRANA PADANO,
COURGETTES SAUTÉES AIL ET PERSIL



SANDWICHES

LE BAGUETTE : CAVIAR DE TOMATES
CONFITES, MÂCHE, CHÈVRE, MIEL ET
AMANDES GRILLÉES

LE WRAP RANCH : SALADE VERTE, SAUCE
BBQ, ÉMINCÉ DE POULET RÔTI, TOMATES,
OIGNONS

LE FOCACCIA : PESTO VERDE, COPPA,
TOMATES, AUBERGINES GRILLÉES,
ROQUETTE

PLATS DU JOUR

LUNDI

HACHIS PARMENTIER

MARDI

SAUTÉ DE POULET À LA CRÉOLINE,
BANANE PLANTAIN ET RIZ BASMATI

MERCREDI

SAUTÉ DE PORC CARAMÉLISÉ, WOK
(SOJA, HARICOTS COCO, CAROTTES, CHOU
CHINOIS, EDAMAME, NOUILLES
CHINOISES, SÉSAME)

JEUDI

DOS DE SAUMON EN CROÛTE D'OLIVES,
PURÉE DE CAROTTES

VENDREDI

SAUTÉ DE POULET BASQUAISE, RIZ DE
CAMARGUE



DESSERTS

TARTE AMANDINE POIRE CHOCOLAT

VERRINE FAÇON BANOFFEE

TIRAMISU MYRTILLES ET AMANDES
GRILLÉES

SALADE DE FRUITS FRAIS

FROMAGE BLANC
ET GRANOLA