

## CAFÈS

ESPRESSO.....	2.75
ALLONGÉ / AMERICANO.....	2.75
CAPPUCCINO .....	3.50
LATTÉ CHAUD OU GLACÉ .....	TASSE .. 3.50 ... BOL .. 4.35
LATTÉ AU THÉ CHAÏBOS.....	3.50
THÉS DE MONSIEUR T.....	3.00
CHOCOLAT CHAUD SUR BÂTON .....	3.50

## BREUVAGES

EAU SIBÉRIA.....	2.00
EAU MINÉRALE.....	2.50
VERRE DE LAIT.....	2.75
JUS DE LÉGUMES .....	2.25
MOUSSEUX 0% .....	6.00
SODA HENRI .....	3.75
KOMBUCHA L'À SERRE .....	3.75
KÉFIR L'À SERRE .....	3.75

## JUS PRESSÉS À FROID L'À SERRE

+ SANS GLUTEN + SANS LACTOSE + SANS NOIX + VÉGÉTARIEN + VÉGÉTALIEN

PLUS VERT QUE CHEZ LE VOISIN (DÉTOXIFIANT) .....	6.50
<small>(Épinards, ananas, concombre, gingembre, kale, spiruline)</small>	
FOU COMME UN BALAI (VIVIFIANT) .....	6.50
<small>(Sirop d'érable, estragon, carotte, orange, citron, argousier, graines de chia)</small>	
ATTACHE TA TUQUE AVEC DE LA BROCHE (HYDRATANT) ..	5.25
<small>(Melon d'eau, cantaloup, citron, piment de cayenne, aloe vera, raisins verts)</small>	
VIRER SU'L TOP (IMMUNISANT) .....	5.75
<small>(Concombre, tomate, poivron, lime, basilic, charbon actif, vinaigre de framboise, Tabasco)</small>	

## PAUSE SANTÉ

GALETTES.....	2.75
MUFFINS.....	3.25
BARRE AUX DATTES & CARDAMOME .....	2.75
YOGOURT GRANOLA .....	4.00
SMOOTHIE .....	5.50
BOULES ÉNERGÉTIQUES L'À SERRE    	4.25
<small>(Graines de citrouille, tournesol, lin, baie de goji, noix, chocolat 70%)</small>	
CHIPS DE KALE AU CARI L'À SERRE     	3.25
BARRES DE CHOCOLATS .....	3.50

## SOUPES OU SALADES

PETITE .. 5.00 ..... GRANDE .. 7.00

### CLASSIQUE SIBÉRIA

DEMI-SANDWICH AU CHOIX, AVEC ACCOMPAGNEMENT

SOUPE OU SALADE.....10.00

GRILLED-CHEESE AVEC ACCOMPAGNEMENT SOUPE OU SALADE

GRUYÈRE..... 10.00

DE LUXE (Fromage1608 et confit d'oignons)..... 12.00

### SANDWICHES

LE NOURCY ..... 9.00

(Ciabatta maison, mayo maison, jambon romarin, chutney canneberges, brie de Portneuf et mesclun)

LE WRAP CLUB ..... 9.00

(Tortillas gingembre, mayo sésame, bacon au poivre, laitue, tomates et poulet grillé)

LE CIABATTA À L'EFFILOCHÉ DE PORC .....10.00

(Ciabatta maison, mayo BBQ, roquette et effiloché de porc)

GRILLED-CHEESE GRUYÈRE..... 6.00

GRILLED-CHEESE DE LUXE..... 8.00

(Fromage1608 et confit d'oignons)

### SALADES REPAS SANTÉ LA SERRE

LA VITAMINÉ DU POTAGER      ..... 9.00

(Tempeh grillé, mélange mesclun, betteraves, courgettes, poireaux, radis, vinaigrette aux herbes de Provence)

L'OMÉGA-3 DE LA MER    ..... 13.00

(Saumon gravlax, mélange mesclun, concombre, algues, shiitake, radis, kimchi, vinaigrette tamari et sésame)

### ASSIETTE & BOLS SANTÉ LA SERRE

LE VÉGÉTALIEN      ..... 12.00

(Tempeh grillé, nouilles soba, betteraves, haricots, radis, oignons caramélisés, vinaigrette tamari et sésame)

L'ASIATIQUE TONIQUE    ..... 14.00

(Saumon gravlax, riz botan, concombre, shiitake, radis, kimchi, vinaigrette tamari et sésame)

LE SUPER ÉNERGÉTIQUE    ..... 10.00

(Dinde grillée biologique, quinoa, maïs, tomates séchées, poivrons, courgettes, vinaigrette herbes de Provence)

LA CURE INDIENNE (BOL DRAGON VÉGÉ-PÂTÉ)      ..... 9.00

(Végé-pâté au cari, ribambelle de carottes et de courgettes, poireaux lacto-fermentés, vinaigrette curcuma et cari)

LA PROTÉINE MARINE (CANNELLONI ET THON)   ..... 12.00

(Cannelloni de betterave au fromage de cajou, thon albacore, brunoise de betteraves vinaigrées, poireaux lacto-fermentés, croutons de noix, vinaigrette aux canneberges)

### GOURMAND

PLANCHE POUR 2

FROMAGES ET TERRINE AU CHOIX..... 20.00

CHARCUTERIES ET TERRINE AU CHOIX..... 20.00

FROMAGES, CHARCUTERIES ET TERRINE AU CHOIX.... 35.00

HUMMUS ET PITAS GRILLÉS  ..... 8.00



VÉGÉTALIEN



VÉGÉTARIEN



SANS LACTOSE



SANS GLUTEN



SANS NOIX