

NOS BOWLS

Nos Bowls Signatures

(Base de riz vinaigré)

MAMA'S SECRET

Petit 9,90€ | Grand 12,90€

Saumon cru mariné, champignon, chou rouge, maïs, avocat, mangue, oignon frit, sésame, graine de courage, spicy mayo.

LE PACIFIQUE

Petit 9,90€ | Grand 12,90€

Thon cru, champignon, concombre, avocat, grenade, sésame, noix de cajou, oignon frit, sauce maison.

LE TROPICAL

Petit 9,90€ | Grand 12,90€

Crevette ou spicy crevette, avocat, concombre, maïs, mangue, sésame, noix de coco, sauce maison.

LE FRESNOIS

Petit 8,90€ | Grand 10,90€

Poulet, pomme de terre, olive noire, tomate cerise, grenade, feta, sésame, spicy mayo.

CALIFORNIA BOWL

Petit 9,90€ | Grand 12,90€

Saumon cru, radis, edamame, concombre, carotte, avocat, mangue, sésame, sauce maison.

HAWAÏAN BOWL

Petit 9,90€ | Grand 12,90€

Thon ou saumon cru, chou rouge, concombre, maïs, edamame, algue wakamé, mangue, oignon frit, sésame, sauce curry mango.

VEGGIE BOWL

Petit 9,90€ | Grand 12,90€

Falafel, carotte râpée, edamame, avocat, algue wakamé, mangue, noix de cajou, sésame, sauce curry mango.

COMPOSE TON BOWL

Petit 4€ | Grand 5,50€

(Base de riz vinaigré)

Viande ~ 1,90€

Emincé de poulet

Poissons ~ 2,90€

Saumon cru, Thon cru, Crevette, Spicy crevette

Légumes ~ 0,90€

Maïs, Chou rouge, Champignon, Algues wakamé, Concombre, Tomate cerise, Pomme de terre, Edamame, Olive noire, Carotte râpée, Falafel (+1,10€)

Fruits ~ 1,80€

Avocat, Mangue, Grenade, Fraise

Fromage ~ 0,90€

Feta

Toppings ~ 0,30€

Graine de sésame, Graine de courge, Oignon frit, Cacahuète, Noix de coco râpée, Noix de cajou (+0,60€)

Sauces

Spicy mayo, Sauce maison, Sauce teriyaki, Sauce concombre, Sauce curry mango

CRÊPES SALÉES

Nos crêpes Signatures

(Sauce au choix +0,30€)

LA MÉDITERRANÉE 5,90€

Emmental râpé, merguez, oeuf

L'INDIANA 5,90€

Emmental râpé, poulet émincé (blanc ou curry), champignon

CRÊPES SUCRÉES

Nutella	3,50€
Sucre	3,50€
Nutella, noix de coco râpée	4,40€
Nutella, fraise, banane	4,60€
Miel ou confiture	3,50€
Crème de spéculoos	3,50€

COMPOSE TA CRÊPE

Base salée 3,50€

Viandes ~ 1,50€

Emincé de poulet, Viande de boeuf hachée, Kebab (poulet), Merguez, Jambon de dinde, Bacon, Lardon de volaille

Poissons ~ 1,90€

Saumon fumé, Thon cuit

Fromages ~ 0,90€

Mozzarella, Raclette, Emmental, Boursin, Crème fraîche, Cheddar, Feta

LA FRESNOISE 5,50€

Emmental râpé, jambon de dinde, champignon

LA VÉGÉTARIENNE 6,00€

Emmental râpé, champignon, pomme de terre, olive noir, oeuf

LA SAVOYARDE 6,90€

Emmental râpé, raclette, crème fraîche, lardon, pomme de terre

LA CRÈME SAUMON 7,50€

Emmental râpé, crème fraîche, saumon fumé, champignon

LA CALIFORNIENNE 7,00€

Emmental râpé, viande de boeuf hachée, bacon, cheddar, oeuf

LA MAMA'S SECRET 7,50€

Emmental râpé, viande de kebab (poulet), grenade, sauce maison, feta

Légumes ~ 0,50€

Champignon, Maïs, Pomme de terre

Toppings ~ 0,50€

Oignon frit, Olive noire, Oeuf au plat

Sauces

Mayonnaise, Ketchup, Biggie, Algérienne, BBQ, Samourai, Harissa, Sauce maison, Tabasco

COMPOSE TA CRÊPE

Base salée 2,60€

Croquants ~ 1,10€

M&M's, Shoko-bon, Kinder Country,
Kinder Bueno (ou White), Oreo,
Speculoos, Cokkie, Daim

Fruits ~ 1,00€

Fraise, Banane

Nappages ~ 0,90€

Sucre, Nutella, Crème de speculoos,
Confiture, Miel, Noix de coco râpée,
caramel, caramel au beurre salé

NOS PANINIS 4€

1 sauce au choix / 2ème sauce + 0,20€

Version salée

Poulet
Viande de boeuf hachée
Thon cuit
Jambon de dinde

Version sucrée

Panini Nutella 3,50€
Panini crème de speculoos 4€

FORMULE BOWL

~

Bowl + boisson (33cl)

13,50€

Bowl au choix :

Mama's secret, Pacifique

COMPOSE TA CRÊPE

MILKSHAKE ~ 3,90€

Base vanille | Base fraise
+ 1 ingrédient au choix

Suppléments (+1,20€)

M&M's, Nutella, Caramel, Caramel au
beurre salé, Shoko-bon, Kinder Country,
Kinder Bueno (ou White), Oreo, Speculoos,
Cookie, Daim

RAFRAÎCHISSEMENTS

Canette 33cl - 1,60€

REDBULL - 2,50€

Jomo thé glacé 100% Bio - 3,00€

Menthe, citron, gingembre

Pêche, hibiscus

Passion, citron vert

Grenade, litchi

FORMULE ÉTUDIANT

Sous présentation de la carte
(uniquement le midi)

~

**Panini +
Crêpe au sucre ou au nutella +
Boisson (33cl)**

6,90€

ou

**1 crêpe salée Signature achetée
= 1 boisson (33cl) offerte**