

## MENU

En collaboration avec notre nutritionniste, nous avons défini 6 critères pour que vous puissiez profiter d'une alimentation sereine chez nous.

Nos « Meilleurs Choix » (symbole cœur) répondent à au moins 5 des 6 critères.

QUOTIDIEN								
QUOTIDIEN			45	Û	Ø	Д	**	ø
			Fruit & Légumes	Fibres	Protéines	Bonnes graisses	Fruits à coque	Moins de sucre
Petit déjeuner		Score meilleurs choix	> 80g / plat	> 7a / olat	> 50% / plat	<10E% calorie	>5g	<10E% calorie
PETIT DÉJEUNER LE PAIN QUOTIDIEN	834 kcal/878 kcal			- 18- F				
avec ou sans œuf à la coque		3/6	V		v			v
PANCAKES PROTEINES  CROISSANT JAMBON ET FROMAGE	647 kcal 369 kcal	2/6	V			v		
PAIN PERDU	742 kcal	2/6	v					v v
MINI PANCAKES	502 kcal	3/6	v		v	v		
BREAKFAST BOWL	603 kcal	♥ 6/6	v	V	·	v	v	v
MANHATTAN BREAKFAST	688 kcal	2/6					٧	v
			*	8	e	i		8
			Fruit & Légumes	Fibres	Protéines	Bonnes graisses	Fruits à coque	Moins de sucre
		Score meilleurs choix			végétales			
Céréales, fruits frais et vaourt		melieurs choix	> 80g / plat	> 7g / plat	> 50% / plat	<10E% calorie	>5g	<10E% calorie
GRANOLA PARFAIT - Yaourt/Skyr	470 kcal/466 kcal	3/6			v		v	v
GRANOLA PARFAIT - Yaourt au soja SALADE DE FRUITS FRAIS - V	426 kcal 125 kcal		v	V	v	v	V	v
DELICE DE CHIA PASSION	312 kcal	∅ 5/6	v	v	v	v	v	
					ed.	п		
			0	-	Ø	â	***	☞
80 1 1		Score	Fruit & Légumes	Fibres	Protéines	Bonnes graisses	Fruits à coque	Moins de sucre
Œufs bio		meilleurs choix	> 80g / plat	> 7g / plat	végétales > 50% / plat	<10E% calorie	>5g	<10E% calorie
ŒUF À LA COQUE (1 OU 2 ) ŒUF AU PLAT (1 OU 2)	300 kcal/450 kcal 342 kcal/386 kcal	2/6 2/6			v v			v
ŒUFS BROUILLÉS  - avec du bacon grillé	484 kcal 549 kcal	1/6						v
avec de l'avecat	643 kcal	2/6	v					v
· au saumon fumé de l'Atlantique	569 kcal	1/6						v
TOAST AUX ŒUFS BROUILLES	511 kcal	3/6	v		v			v
			1	ģ	0	1	77	0
			Fruit & Légumes	Fibres	Protéines	Bonnes graisses	Fruits à coque	Moins de sucre
10		Score meilleurs choix			végétales			
Pains & boulangerie		melledis cilox	> 80g / plat	> 7g / plat	> 50% / plat	<10E% calorie	>5g	<10E% calorie
SÉLECTION DE PAINS ET BAGUETTES BIO PORTION DE BAGUETTE	733 kcal 162 kcal	4/6 3/6		V	v		V	v
FLÛTE AUX NOISETTES & RAISINS	252 kcal	4/6			·	·	v	v
CROISSANT PUR BEURRE	223 keal	2/6			v			v
PAIN AU CHOCOLAT	311 kcal	1/6			v			
PAIN AUX RAISINS	302 keal	1/6			v			
PETIT BRIOCHE	239 kcal	2/6			v			v
CRUFFIN AU CHOCOLAT	403 kcal	1/6			v			
TORSADE AU CHOCOLAT CINNAMON ROLL - V	264 keal 277 keal	1/6			v			
CROISSANT HIBISCUS - V	230 kcal	1/6			v			
CROISSANT AUX AMANDES FEUILLETÉ AUX POMMES	365 kcal 354 kcal	3/6					V	v
PEOILE E AOX FOMMES	334 KCall	210			v			·
SWIRLPISTACHE	481 kcal	1/6			v			
SWIRL PISTACHE	481 kcal	1/6			v			
SWIRLPISTACHE	481 kcal	1/6	Fnit & Lágumar	(i) Fibrar	V Protéiner	Bonner graitree	Fruitr à conue	Major de rucre
SWIRE PISTACHE	481 kcal	1/6 Score	*: Fruit & Légumes	() Fibres	v Protéines végétales	ë Bonnes graisses	Pruits à coque	ं Moins de sucre
SWIRLPSTACHE Tartines	481 kcal		*; Fruit & Légumes > 80g / plat	Fibres		Bonnes graisses	₹ Fruits à coque >5g	○ Moins de sucre <10E% calorie
	481 kcal	Score		Fibres  > 7g / plat	végétales			
Tartines Tartare de Bœuf Belge Thon	517 kcal 451 kcal	Score meilleurs choix 1/6 3/6		Fibres  > 7g / plat	végétales			
Tartines Tartare de Bœuf Belge	517 keal	Score meilleurs choix  1/6 3/6  6/6		Fibres  > 7g / plat	végétales			
Tartines Tartar De Beuf Belge THON TOAST AVOCAT - V - sees count of broadlish bo - sees count of strong limb	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal	Score meilleurs choix  1/6 3/6  6/6  5/6  5/6  5/6		Fibres  > 7g / plat	végétales			
Tartines  Tartare de Bœuf Belge Thon  Todatavocat - V  ***ore confi travallés bio  ***ore tamon statrique fund  CROQUE MONBIEUR	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal 966 kcal	Score meilleurs choix  1/6 3/6 6/6 5/6 5/6 5/6 1/6 1/6		Fibres > 7g / plat	végétales			
Tartines Tartar De Beuf Belge THON TOAST AVOCAT - V - sees count of broadlish bo - sees count of strong limb	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal	Score meilleurs choix  1/6 3/6  6/6  5/6  5/6  5/6		Fibres  > 7g / plat  V  V	végétales			
Tartines  Tartar De Beluf Belge THON  TOAST AVOCAT - V  - avec out travelle bio - avec counts starting a famil  CROQUE MONSIBUR  GARDENERS FROQUE - V	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal 966 kcal 911 kcal	Score meilleurs choix  1/6 3/6 3/6 5/6 5/6 1/6 6/6 6/6 6/6 6/6 6/6		Fibres  > 7g / plat  V  V	végétales			
Tartines  Tartar De Beluf Belge THON  TOAST AVOCAT - V  - avec out travelle bio - avec counts starting a famil  CROQUE MONSIBUR  GARDENERS FROQUE - V	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal 966 kcal 911 kcal	Score meilleurs choix  1/6 3/6 3/6 5/6 5/6 1/6 6/6 6/6 6/6 6/6 6/6	>80g/ plat	Fibres  > 7g / plat	végétales	<10E% catorie  ∨  ∨  ∨  V	>5g	√IOEX calorie  V  V  V  V  V  V  V  V  V  V  V  V  V
Tartines  Tartar De Beluf Belge THON  TOAST AVOCAT - V  - avec out travelle bio - avec counts starting a famil  CROQUE MONSIBUR  GARDENERS FROQUE - V	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal 966 kcal 911 kcal	Score meilleurs choix  1/6 3/6 3/6 5/6 5/6 1/6 6/6 6/6 6/6 6/6 6/6		> 7g / plat	vágátales >50% / plat			
TATTALE  TARTARE DE BIĞUF BELĞE  THON  TOAST AVOCAT - V  *** were confir forazile bib  **** were confir forazile bib  **** were confir forazile bib  **** were confir forazile bib  ***** were confir forazile bib  ***** were confir forazile bib  ***** were confirmed bib  GARDENER'S CROQUE - V  TOAST POULET & MOZZARELIA FUMÉE	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal 966 kcal 911 kcal	Score meilleurs choix  1/6 3/6 3/6 3/6 3/6 3/6 3/6 3/6 4/6 4/6 4/6 4/6 4/6 4/6 4/6	>80g/ plat	> 7g / plat	végétales >50% / plat  v v v v v Protéines	<10E% catorie  ∨  ∨  ∨  V	>5g	√IOEX calorie  V  V  V  V  V  V  V  V  V  V  V  V  V
Tartines Tartare de Bœur Belice THON TOAST AVOCAT - V  *** were confi frontillé bio *** were confi frontillé bio *** were confi frontillé bio *** were confisione frontillé bio *** de CROQUE MONSIEUR GARDEMERS CROQUE - V TOAST POULET & MOZZARELLA FUMÉE  Accompagnements	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal 906 kcal 911 kcal 634 kcal	Score meilleurs choix 1/6 3/6 6/6 5/6 6/6 5/6 1/6 5/6 5/6 5/6 5/6 5/6 5/6 5/6 5/6 5/6 5	> 80g / plat  v v v v Fruit & Légumes	> 7g / plat	vágátales > 50% / plat  v v v v Protáines vágátales	dOE% calorie	>5g  v v v v Fruits à coque	<0 EX calorie  V  V  V  V  V  V  Moins de sucre
Tartines Tartare de Bœus Belice THON TOAST AVOCAT - V  *** were confuncible toe *** CROQUE MONSIGUR GARDENERS CROQUE - V TOAST ROULET & MOZZARELIA FUMÉE  ***  *** Compagnement  *** FROMAGE GOUDA & FROMAGE DE CHÉVRE JAMSON FERMER BELICE  ***  *** JAMSON FERMER BELICE  ***  *** TARTINE TO CONTROLLED TO CHÉVRE JAMSON FERMER BELICE  ***  *** TARTINE TO CONTROLLED TO CHÉVRE JAMSON FERMER BELICE  ***  *** TARTINE TO CONTROLLED TO CHÉVRE JAMSON FERMER BELICE  ***  ***  ***  ***  ***  ***  ***	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal 966 kcal 971 kcal 634 kcal	Score meilleurs choix  116 316 316 36 616 356 166 166 166 166 166 166 166 166 166 1	> 80g / plat  v v v v Fruit & Légumes	> 7g / plat	vágátales > 50% / plat  v v v v Protáines vágátales	dOE% calorie	>5g  v v v v Fruits à coque	<0 EX calorie  V  V  V  V  V  V  Moins de sucre
Tartales  Tartale De Betuf Belge THON  TOASTAVOCAT - V  ***  ***  ***  ***  ***  ***  ***	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 906 keal 634 keal 636 keal 668 keal 68 keal 68 keal	Score   meilleurs choix   1/6	> 80g / plat  v v v v Fruit & Légumes	> 7g / plat	vágátales > 50% / plat  v v v v Protáines vágátales	dOE% calorie	>5g  v v v v Fruits à coque	<0 EX calorie  V  V  V  V  V  V  Moins de sucre
Tartanes  Tartane de Betur Belge  THON  TOASTAVOCAT - V  *** *** *** *** *** *** *** *** ***	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 906 keal 911 keal 634 keal 68 keal 168 keal 169 keal 169 keal	Score meilleurs choix 1/6 / 1/	> 80g / plat  v v v v Fruit & Légumes	> 7g / plat	vágátales > 50% / plat  v v v v Protáines vágátales	dOE% calorie	>5g  v v v v Fruits à coque	<0 EX calorie  V  V  V  V  V  V  Moins de sucre
TARTARE DE BETUF BELGE THON TOASTAVOCAT - V - onc oach beaulist bio - onc oach beaulist bio - onc oach submission CROQUE MONSIGUR GARDENERS GROQUE - V TOAST POULET & MOZZARELLA FUMÉE  ACCOMPAGNICATE FROMACE (GOUDA & FROMACE DE CHÉVED JAMION FERMIER BELGE JAMION FERMIER BELGE FROMACE SAUMON ATLANTIQUE FUMÉ SALADE MIXTE - V GUACAMOUE - V	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 634 keal 636 keal 668 keal 668 keal 668 keal 669 keal	Score meilleurs choix 1/6 3/6/6 3/6/6 5/6/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6	> 80g / plat  v v v v Fruit & Légumes	> 7g / plat	vágátales > 50% / plat  v v v v Protáines vágátales	dOE% calorie	>5g  v v v v Fruits à coque	<0 EX calorie  V  V  V  V  V  V  Moins de sucre
Tartanes  Tartane de Betur Belge  THON  TOASTAVOCAT - V  *** *** *** *** *** *** *** *** ***	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 906 keal 911 keal 634 keal 68 keal 168 keal 169 keal 169 keal	Score meilleurs choix 1/6 / 1/	> 80g / plat  v v v v Fruit & Légumes	> 7g / plat	vágátales > 50% / plat  v v v v Protáines vágátales	dOE% calorie	>5g  v v v v Fruits à coque	<0 EX calorie  V  V  V  V  V  V  Moins de sucre
TARTANE DE BŒUF BELGE THON TOASTAVOCAT - V  *** were confut readile bio *** were confusible bio *** ADRICHMENT OF CONCURSION GARDENER'S CROQUE - V  TOAST POULET & MOZZARELIA FUMÉE  ARCONTAGE (GOUDA & FROMAGE DE CHÉVRE) JAMBON FERMÉR BELGE JAMBON FALMINQUE FUMÉ SALDE MINET V  GUIACAMOLE - V  AVOCAT - V	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 911 keal 634 keal 668 keal 169 keal 262 keal 169 keal 262 keal	Score meilleurs choix  1/6 3/6 6/6 5/5 6/6 5/5 5/6 5/5 5/6 5/5 5/6 1/6 Score meilleurs choix 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6	> 80g / plat  v v v v Fruit & Légumes	> 7g / plat	vágátales > 50% / plat  v v v v Protáines vágátales	dOE% calorie	>5g  v v v v Fruits à coque	<0 EX calorie  V  V  V  V  V  V  Moins de sucre
TARTANE DE BŒUF BELGE THON TOASTAVOCAT - V  *** were confut readile bio *** were confusible bio *** ADRICHMENT OF CONCURSION GARDENER'S CROQUE - V  TOAST POULET & MOZZARELIA FUMÉE  ARCONTAGE (GOUDA & FROMAGE DE CHÉVRE) JAMBON FERMÉR BELGE JAMBON FALMINQUE FUMÉ SALDE MINET V  GUIACAMOLE - V  AVOCAT - V	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 911 keal 634 keal 668 keal 169 keal 262 keal 169 keal 262 keal	Score meilleurs choix  1/6 3/6 6/6 5/6 6/6 5/6 6/6 5/6 6/6 1/6 Score meilleurs choix 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6	> 80g / plat  v v v v Fruit & Légumes	> 7g / plat	vigitales   > 50% / plat	dOE% calorie	>5g  v v v v Fruits à coque	<0 EX calorie  V  V  V  V  V  V  Moins de sucre
Tartanes  Tartane De Betuf Belge Thom  Toast Avocat - V  - were sustromatinity fund  CROQUE MONSIGUR  GRODENES RECOQUE - V  TOAST POULET & MOZZARELLA FUMÉE  Accompagnements  FROMAGE (COUDA & FROMAGE DE CHÉVRE) JAMBON FERMER BELGE : FROMAGE  SAUMON ALLANTIQUE FUMÉ  SAUDON ALLANTIQUE FUMÉ  SAUDO	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 911 keal 634 keal 668 keal 169 keal 262 keal 169 keal 262 keal	Score meilleurs choix 1/6 3/6/6 6/6/6 6/6/6 1/6 6/6/6 1/6 5/6/6 1/6 5/6/6 1/6 5/6/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6 1/6	> 80g/ plat	>7g/ dat	vigitales	dDEX calors  V  Bonnes graisses  dDEX calorse  v  I  Bonnes graisses	>5g	ADDS catoria  V V V V V V A A A A A A A A A A A A A
TATTALE  TATTALE  TATTALE  THON  TOASTAVOCAT - V  ***  ****  ****  ****  TOAST POULET & MOZZARELIA FUNÉE  ACCOMPAGNICION  TOAST POULET & MOZZARELIA FUNÉE  ***  ***  ***  ***  ***  **  **  **	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 634 keal 636 keal 68 keal 68 keal 169 keal 169 keal 262 keal 169 keal 382 keal	Score   meilleurs choix   1/6   3/6   6/	> 80g/ plat	> 7g / plat	vigitales   > 50% / plat	dOEX calore  V  Bonnes graises  dOEX calore  V		dDEX catorie
TATTALES  TARTARE DE BIGUE BELGE THON  TOAST AVOCAT - V  *** were confusible bis  **** CROQUE MONSIEUR  GARDENERS CROQUE - V  TOAST ROULET & MOZZARELIA FUMÉE  ***  TOAST ROULET & MOZZARELIA FUMÉE  ***  ***  ***  ***  ***  ***  ***	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 906 keal 911 keal 634 keal 369 keal 68 keal 68 keal 68 keal 63 keal 369 keal 369 keal 369 keal 369 keal	Score melleurs choix  136 366 366 3566 3566 456 456 456 456 456 456 456 456 456	> 80g/ plat	>7g/ dat	vigitales	dDEX calors  V  Bonnes graisses  dDEX calorse  v  I  Bonnes graisses	>5g	ADDS catoria  V V V V V V A A A A A A A A A A A A A
TATTALE  TATTALE  TATTALE  THON  TOASTAVOCAT - V  ***  ****  ****  ****  TOAST POULET & MOZZARELIA FUNÉE  ACCOMPAGNICION  TOAST POULET & MOZZARELIA FUNÉE  ***  ***  ***  ***  ***  **  **  **	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 634 keal 636 keal 68 keal 68 keal 169 keal 169 keal 262 keal 169 keal 382 keal	Score   meilleurs choix   1/6   3/6   6/	> 80g/ plat	>7g/ dat	vigitales     > 50% / plat     v	dDEX calors  V  Bonnes graisses  dDEX calorse  v  I  Bonnes graisses		ADDS catoria  V V V V V V A A A A A A A A A A A A A
TATTALES  TARTARE DE BIGUE BELGE THON  TOAST AVOCAT - V  *** were confusible bis  **** CROQUE MONSIEUR  GARDENERS CROQUE - V  TOAST ROULET & MOZZARELIA FUMÉE  ***  TOAST ROULET & MOZZARELIA FUMÉE  ***  ***  ***  ***  ***  ***  ***	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 906 keal 911 keal 634 keal 369 keal 68 keal 68 keal 68 keal 63 keal 369 keal 369 keal 369 keal 369 keal	Score melleurs choix  136 366 366 3566 3566 456 456 456 456 456 456 456 456 456	> 80g/ plat	>7g/ dat	vigitales	dDEX calors  V  Bonnes graisses  dDEX calorse  v  I  Bonnes graisses	>5g	ADDS catoria  V V V V V V A A A A A A A A A A A A A
TARTARE DE BETUF BELGE THON TOAST AVOCAT - V  *** vere confut broudlê bid **** ACCOULET & MOZZARELLA FUMÉE  ACCOMPAGNICIE V  TOAST POULET & MOZZARELLA FUMÉE  ***  ***  ***  ***  ***  ***  ***	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 906 keal 911 keal 634 keal 369 keal 68 keal 68 keal 68 keal 63 keal 369 keal 369 keal 369 keal 369 keal	Score melleurs choix  136 366 366 3566 3566 456 456 456 456 456 456 456 456 456	> 80g/ plat	>7g/ plat	vigitales	dDEX calors  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris		dDEX catorie  v v v v v v v does de sucre dDEX catorie v v dDEX catorie de sucre dDEX catorie v v v v v dDEX catorie v dDEX catorie v v
TATTALES  TARTARE DE BIGUE BELGE THON  TOAST AVOCAT - V  *** were confusible bis  **** CROQUE MONSIEUR  GARDENERS CROQUE - V  TOAST ROULET & MOZZARELIA FUMÉE  ***  TOAST ROULET & MOZZARELIA FUMÉE  ***  ***  ***  ***  ***  ***  ***	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 906 keal 911 keal 634 keal 369 keal 68 keal 68 keal 68 keal 63 keal 369 keal 369 keal 369 keal 369 keal	Score meilleurs choix  1/6 3/6/6 5/6/6 5/6/6	> 80g/ plat	>7g/ dat	vegstales	dDEX calore  v  v  Bonnes graisses  dDEX calore  v  dDEX calore  v  dDEX calore		dOEX calorie  V V V V V Mains de sucre  dOEX calorie V V V V V V V V V V V V V V V V V V V
Tartales  Tartale Describered Thon  Toastanocat - V  - voice south statistical fund  CROQUE MONSIGUR  GRODENERS GROQUE - V  TOAST POULET & MOZZARELLA FUMÉE  Accompagnements  FROMAGE (COUDA & FROMAGE DE CHÉVRE) JAMBON FERMER BELGE  JAMBON FERMER BELGE  SAUMON ALLANTIQUE FUMÉ  SAUDON ALLANTIQUE	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal 906 kcal 918 kcal 634 kcal 634 kcal 638 kcal 68 kcal 68 kcal 68 kcal 68 kcal 701 kcal 636 kcal 68 kcal 68 kcal	Score   meilleurs choix   1/6   3/6   6/6   3/6   6/6   1/6   5/6   5/6   1/	> 80g/ plat	>7g/ dat	vigitales	dDEX calors  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris	>5g	dOEX catoria  V V V V V W Mains de sucre  V V V V V V V V V V V V V V V V V V
TARTARE DE BIGUE BELGE THON TOASTAVOCAT - V  - vance confusionable bo -	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 911 keal 634 keal 668 keal 668 keal 669 keal 262 keal 169 keal 354 keal 354 keal	Score   meilleurs choix   1/6   3/6   6/6   3/6   6/6   5/	> 80g/ plat	>7g/ dat	vigitales	dDEX calors  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris	>5g	dOEX catoria  V V V V V W Mains de sucre  V V V V V V V V V V V V V V V V V V
Tartales  Tartale Describered Thon  Toastanocat - V  - voice south statistical fund  CROQUE MONSIGUR  GRODENERS GROQUE - V  TOAST POULET & MOZZARELLA FUMÉE  Accompagnements  FROMAGE (COUDA & FROMAGE DE CHÉVRE) JAMBON FERMER BELGE  JAMBON FERMER BELGE  SAUMON ALLANTIQUE FUMÉ  SAUDON ALLANTIQUE	517 kcal 451 kcal 522 kcal 749 kcal 605 kcal 906 kcal 918 kcal 634 kcal 634 kcal 638 kcal 68 kcal 68 kcal 68 kcal 68 kcal 701 kcal 636 kcal 68 kcal 68 kcal	Score   meilleurs choix   1/6   3/6   6/6   3/6   6/6   1/6   5/6   5/6   1/	> 80g/ plat	>7g/ dat	vigitales	dDEX calors  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris	>5g	dOEX catoria  V V V V V W Mains de sucre  V V V V V V V V V V V V V V V V V V
TARTARE DE BIGUE BELGE THON TOASTAVOCAT - V  - vance confusionable bo -	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 911 keal 634 keal 668 keal 668 keal 669 keal 262 keal 169 keal 354 keal 354 keal	Score   meilleurs choix   1/6   3/6   6/6   3/6   6/6   5/	> 80g/ plat	>7g/ dat	vigitales	dDEX calors  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris	>5g	dOEX catoria  V V V V V W Mains de sucre  V V V V V V V V V V V V V V V V V V
TARTARE DE BIGUE BELGE THON TOASTAVOCAT - V  - vance confusionable bo -	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 911 keal 634 keal 668 keal 668 keal 669 keal 262 keal 169 keal 354 keal 354 keal	Score   melleurs choix   1/6   3/6   6/6   5/6	> 80g/ plat	>7g/ plat	vigitales   > 50% / plat	dDEX calors  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris  V  Bennes graisses  dDEX caloris	>5g  V V V Fruits à coque  >5g  Fruits à coque  >5g  Fruits à coque  >5g  V V V	dOEX calorie  V V V V V Mains de sucre dOEX calorie V V V V V V V V V V V V V V V V V V V
TATTALES  TARTARE DE BŒUF BELGE THON  TOAST AVOCAT - V  *** were confusible bio  GARDENERS CROQUE - V  TOAST POULET & MOZZARELIA FUMÉE  ***  *** TOAST POULET & MOZZARELIA FUMÉE  ***  *** FROMAGE GOUDA & FROMAGE DE CHÉVRED  JAMBON FERMIER BELGE  JAMBON FERMIER BELGE  *** JAMBON FERMIER BELGE  ***  *** FROMAGE DE CHÉVRED  JAMBON FERMIER BELGE  ***  *** FROMAGE STOMMER BELGE  ***  *** SALADE MIXTE - V  GUICANOLE - V  ***  *** HOUMOUS - V  ***  ***  ***  ***  ***  ***  ***	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 911 keal 634 keal 668 keal 668 keal 669 keal 262 keal 169 keal 354 keal 354 keal	Score   meilleurs choix   1/6   3/6   6/6   3/6   6/6   5/	> 80g/ plat	>7g/ dat	Vigitales	dOEX calors  V  Bonnes graises  dOEX calors  V  Bonnes graises  dOEX calors  V  Bonnes graises  dOEX calors	Signature Signat	ADDEX catoria  V V V V V V Moins de sucre  ADDEX catoria V V V V V V V V V V V V V V V V V V V
TARTARE DE BICTUF BELICE THON TOAST AVOCAT - V  *** were confribusilé bio *** CROQUE MONSIEUR GARDENERS CROQUE - V  TOAST POULET & MOZZARELLA FUMÉE  ACCOMPAGNICE - V  TOAST POULET & MOZZARELLA FUMÉE  ALABON FERMIER BILCE & FROMAGE DE CHÉVRE JAMBON FERMIER BILCE & FROMAGE SALMON ALTANTIQUE FUMÉ SALADE MIXTE - V  GUIACAMOLE - V  HOUMOUS - V  ***MOUMOUS - V  ***CASAR CHÈVRE CHALD SAUMON ATLANTIQUE FUMÉ & THON  ***Soupes & quiches  ***CASAR CHÈVRE CHALD SAUMON ATLANTIQUE FUMÉ & THON	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 906 keal 911 keal 634 keal 68 keal 68 keal 68 keal 68 keal 68 keal 68 keal 69 keal 700 keal 670 keal	Score   meilleurs choix   1/6   3/6   6/6   5/	> 80g/ plat	>76/ dat	vigitales	dOEX calore  V  Bonnes graisses  dOEX calore  V  Bonnes graisses  dOEX calore  V  A  Bonnes graisses  dOEX calore	Sig Signature S	## Add State    ## Add State
TARTARE DE BETUF BELCE THON TOAST AVOCAT - V  *** were confributilis bid *** ACCOUNT ON SIGNE GARDENERS CROQUE - V  TOAST POULET & MOZZARELLA FUNÉE  ***  *** TOAST POULET & MOZZARELLA FUNÉE  ***  *** ACCOUNT V  ***  *** TOAST POULET & MOZZARELLA FUNÉE  ***  ***  *** FROMAGE EQUIDA & FROMAGE DE CHÉVRED  JAMBON FERMIER BELGE  JAMBON FERMIER BELGE  ***  ***  ***  ***  ***  **  ***  *	517 keal 451 keal 522 keal 749 keal 605 keal 966 keal 911 keal 634 keal 668 keal 668 keal 669 keal 262 keal 169 keal 354 keal 354 keal	Score melleurs choix  1/6  3/6 6/6  3/6 6/6  5/6 6/6  5/6 6/6  5/6  5/6  5/6	> 80g/ plat	>76/ dat	Vigitales	dOEX calors  V  Bonnes graises  dOEX calors  V  Bonnes graises  dOEX calors  V  Bonnes graises  dOEX calors	Signature Signat	ADDEX catoria  V V V V V V Moins de sucre  ADDEX catoria V V V V V V V V V V V V V V V V V V V

POT AU FEU	326 kcal							
POT AU FEU - QUINOA	421 kcal	Ø 5/6 Ø 5/6			v	V	v	V
POTAU FEU - CHICKEN	419 kcal			V	v	V	v	V
FOTAGFEG - CHICKEN	417 KCall	5/6	· ·		v	· V	v	v
SOUPE BIO DU JOUR - V	686 kcal	5/6	v	v	v	v		v
T14 /								
Flatbreads								
FLATBREAD AUX PORTOBELLOS ET LÉGUMES RÔTIS	591 kcal	∅ 5/6	v	v				
FLATBREAD AVEC DEUX OEUFS AU PLAT BIO	817 kcal	₩ 3/6			v	v		v
FLATBREAD ITALIENNE	820 kcal	1/6						V
FLATBREAD AVEC LÉGUMES RÔTIS	826 kcal	<b>⊘</b> 6/6	v	٧	v	v	v	v
· avec du jambon sec Serrano	896 kcal	<b>⊘</b> 6/6	v	٧	v	v	v	v
avec de la mozzarella di bufala D.O.P.	989 kcal	∅ 6/6	v	v	v	v	v	v
avec de la mozzarella di bufala D.O.P. & du jambon sec Serrano	1059 kcal	<b>S</b> /6	v	٧	v		v	v
				0		٠		
			5 1 0 14	Fibres	Protéines			Moins de sucre
		Score	Fruit & Légumes	Fibres		Bonnes graisses	Fruits à coque	Moins de sucre
0 .		meilleurs chois			végétales			
Spécials		meilleurs choo	> 80g / plat	> 7g / plat	> 50% / plat	<10E% calorie	>5g	<10E% calorie
BOWL AUX LÉGUMES D'AUTOMNE	619 kcal	∅ 6/6	v	v	v	v	v	v
BOWL AUX LÉGUMES D'AUTOMNE avec avocado	771 kcal	∅ 6/6	v	v	v	v	v	v
BOWL AUX LEGUMES D'AUTOMNE avec feta	793 keal	∅ 5/6	v	V	٧		v	٧
BOWLAUX LÉGUMES D'AUTOMNE avec poulet	712 kcal	∅ 6/6	v	v	v	v	v	v
BOWL SAUMON MISO	608 kcal	3/6	v			v		٧
PINSA MORTADELLE ET PISTACHE	869 kcal	3/6			٧		v	٧
CROQUE ARGENTIN AU PASTRAMI	780 kcal	2.0	V	V				v