



MENU

Printemps - Été 2026

Les plats qui répondent à 5 des 6 critères établis par notre nutritionniste sont désignés par le symbole 'Meilleurs Choix'. Pleins de saveurs et bons pour votre santé.

France

Petit-déjeuner

PETIT DÉJEUNER LE PAIN QUOTIDIEN EXPRESS	421Kcal / 433 Kcal
PETIT DÉJEUNER LE PAIN QUOTIDIEN CLASSIQUE	902Kcal / 989Kcal
PETIT DÉJEUNER LE PAIN QUOTIDIEN GOURMAND	1053Kcal / 1141Kcal
PANCAKES PROTÉINÉS	647 kcal
MINI PANCAKES	502 kcal
PAIN PERDU	771 kcal
CROISSANT JAMBON & FROMAGE	329 kcal
MANHATTAN BREAKFAST	688 kcal
BREAKFAST BOWL	552 kcal

Yaourts & Fruits

GRANOLA PARFAIT - Yaourt/Skyr	470 kcal/466 kcal
GRANOLA PARFAIT - Yaourt au soja	426 kcal
SALADE DE FRUITS FRAIS - V	125 kcal
DEUCE DE CHIA FRUITS ROUGES	312 kcal

Oeufs Bio

ŒUFS BROUILLÉS	484 kcal
- avec avocat tranché	643 kcal
- avec poitrine fumée	772 kcal
- avec saumon fumé	569 kcal
ŒUFS AU PLAT (1 OU 2)	342 kcal/386 kcal
ŒUF À LA COQUE (1 OU 2)	300 kcal/450 kcal
TOAST AUX ŒUFS BROUILLES	602 kcal

Pains & Viennoiseries

SELECTION DE PAINS & BAGUETTES BIO	733 kcal
PORTION DE BAGUETTE	162 kcal
FLûTE RAISINS ET NOISETTES	252 kcal
CROISSANT PUR BEURRE	223 kcal
PAIN AU CHOCOLAT	311 kcal
PAIN AU RAISINS	317 kcal
BRIOCHE PUR BEURRE	239 kcal
TORTILLON	257 kcal
TORSADÉ AU CHOCOLAT	264 kcal
ROULÉ À LA CANNELLE - V	277 kcal
CROISSANT HIBISCUS - V	230 kcal
CROISSANT AUX AMANDES	365 kcal
FEUILLETE AUX POMMES	354 kcal
ROULÉ PISTACHE	481 kcal

Tartines

TOAST AVOCAT - V	522 kcal
- avec oeu�f po��� bio	566 kcal
- avec poitrine fum���	618 kcal
- avec saumon fum���	605 kcal
SAUMON & AVOCAT	452 kcal
CROQUE MONSIEUR GRATIN���	1000 kcal
CROQUE DU JARDINIER - V	911 kcal
THON	451 kcal
POULET & AVOCAT	478 kcal
TOAST POULET & PROVOLA FUM���	777 kcal

Nos Combo's

DAILY BAKER'S LUNCH - 1/2 tartine thon	654 kcal
DAILY BAKER'S LUNCH - 1/2 tartine avocat	690 kcal
TARTINE LUNCH - tartine jambon fromage	566 kcal

Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines végétales > 50% / plat	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits à coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
	v		v			v
	v		v			v
	v					v
	v			v		
	v		v	v		
	v					v
					v	v
					v	v
					v	v
Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines végétales > 50% / plat	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits à coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
			v		v	v
	v	v	v	v	v	v
	v		v	v		v
	v	v	v	v	v	
Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines végétales > 50% / plat	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits �� coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
	1/6					v
	2/6	v				v
	1/6					v
	1/6					v
	2/6		v			v
	2/6		v			v
	3/6	v	v			v
Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines d'origine > 50%	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits �� coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
	4/6	v	v		v	v
	3/6		v	v		v
	4/6		v	v	v	
	2/6		v			v
	1/6		v			
	1/6		v			
	2/6		v			v
	1/6		v			
	1/6		v			
	1/6		v			
	3/6		v		v	v
	2/6		v			v
	1/6		v			
Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines végétales > 50% / plat	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits �� coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
	 6/6	v	v	v	v	v
	 5/6	v	v	v	v	v
	 5/6	v	v	v	v	v
	 5/6	v	v	v	v	v
	2/6			v		v
	3/6	v	v			v
	6/6	v	v	v	v	v
	3/6		v	v		v
	4/6	v		v		v
	1/6					v
Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines végétales > 50% / plat	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits �� coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
	 5/6	v	v	v		v
	 5/6	v	v	v		v
	1/6					v

Salades

CHÈVRE CHAUD	778 kcal
CAESAR	689 kcal
SALADE MÉDITERRANÉENNE	682 kcal
• avec Speck I.G.P.	752 kcal

Flatbreads

FLATBREAD LÉGUMES GRILLÉS	826 kcal
• avec Speck I.G.P.	896 kcal
• avec de la mozzarella di bufala D.O.P.	989 kcal
• avec de la mozzarella di bufala D.O.P. & Speck I.G.P.	1059 kcal
FLATBREAD, DEUX OEUFS AU PLAT BIO	817 kcal
FLATBREAD ITALIENNE	820 kcal

Soupes & Quiches

QUICHE - LORRAINE	914 kcal
QUICHE - FETA ET EPINARDS	788 kcal
SOUPE DU JOUR BIO - V	686 kcal

Specialités de Saison

GOURMET BREAKFAST	854 kcal
BOWL AUX LÉGUMES DE SAISON	947 kcal
• avec feta	1121 kcal
• avec poulet plein champ	1040 kcal
BOWL AU SAUMON & QUINOA	765 kcal
• avec avocado	917 kcal
CROQUE CLUB POULET	808 kcal

Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines végétales > 50% / plat	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits à coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
4/6	v			v	v	v
1/6						v
4/6	v	v	v			v
3/6	v	v				v

Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines végétales > 50% / plat	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits à coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
 6/6	v	v	v	v	v	v
 6/6	v	v	v	v	v	v
 6/6	v	v	v	v	v	v
 5/6	v	v	v		v	v
3/6			v	v		v
1/6						v

Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines végétales > 50% / plat	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits à coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
2/6			v			v
3/6	v		v			v
 5/6	v	v	v	v		v

Score meilleurs choix	 Fruit & Légumes > 80g / plat	 Fibres > 7g / plat	 Protéines végétales > 50% / plat	 Graisses saturées <10E% calorie	 Fruits à coque >5g	 Sucres ajoutés <10E% calorie
1/6						v
 5/6	v	v	v	v		v
4/6	v	v	v			v
 5/6	v	v	v	v		v
4/6	v	v		v		v
4/6	v	v		v		v
4/6	v	v		v		v