

LUNCH BOX : 12€

1 POKE BOWL OU 1 SALADE + 1 DESSERT + 1 EAU + 1 PAIN

SEMAINE 1	SEMAINE 2	SEMAINE 3	SEMAINE 4
<p>-Poke bowl : Riz, tomate, maïs, avocat, poivrons, Bœuf mariné Soja</p> <p><u>OU</u> Salade de pâte espagnole Pâtes perles, chorizo, petits pois, tomates, poivrons, moules et crevettes</p> <p><u>OU</u> Salade Thaï Choux chinois, carotte rapé, concombre, pousse de soja, oignons, boeuf mariné ou crevettes, sauce cacahuète</p> <p>DESSERT AU CHOIX :</p> <p>Moelleux Choco <u>OU</u> Crumble Pomme <u>OU</u> Panacotta fruits rouges</p> <p>+ Eau (0,50 cl) + Pain</p>	<p>-Poke bowl : Quinoa, concombre, tomate, carotte feta, pois chiches, Poulet Sésame</p> <p><u>OU</u> Salade de pâte italienne Penne, tomate cerise, feta, jambon cru, poivrons, graines de tournesol, pousses épinards et vinaigrette pesto</p> <p><u>OU</u> Salade de chèvre chaud Salade, tomate, lardons, noix, toast chèvre, vinaigrette</p> <p>DESSERT AU CHOIX :</p> <p>Tarte fine aux pommes <u>OU</u> Mousse au chocolat <u>OU</u> Salade de fruits</p> <p>+ Eau (0,50 cl) + Pain</p>	<p>-Poke bowl : Boulgour, carotte, concombre, betterave, avocat, tomate, Crevettes (cuites ou marinés)</p> <p><u>OU</u> Salade perle marine Pâtes perles, mélange fruits de mer, petits pois, tomate, carotte rapé, citronnelle</p> <p><u>OU</u> Salade Niçoise Pomme de terre, haricot vert, tomate, poivron, thon, olive, oeuf dur, anchois, sauce César</p> <p>DESSERT AU CHOIX :</p> <p>Moelleux Pomme <u>OU</u> Bavaois fruits rouges <u>OU</u> Flan caramel</p> <p>+ Eau (0,50 cl) + Pain</p>	<p>-Poke bowl : Mélange gourmand, radis, choux, tomate, avocat, carotte, Saumon (cuit, cru ou mariné)</p> <p><u>OU</u> Salade de riz Riz, maïs, tomate, poivrons rouges et verts, olive, thon, persil</p> <p><u>OU</u> Salade César Salade, tomate, croutons, poulet, oeuf dur, parmesan, sauce vinaigrette crème</p> <p>DESSERT AU CHOIX :</p> <p>Clafoutis aux fruits <u>OU</u> Tarte fine poires-amandes <u>OU</u> Rocher coco, cœur chocolat</p> <p>+ Eau (0,50 cl) + Pain</p>