



LES ENTRÉES

	Unité
Fondue Parmesan	4,75\$
Rouleaux impériaux au canard confit	5,10 \$
Croustillant de brie à la poire et noisettes	6,25 \$
Bouchées de crabe et morue	5,35 \$
Croquettes de lentilles	2,55 \$
Rillettes de truite	7,55 \$

LES SOUPES

	Unité
Velouté de petits pois cumin menthe	3,85 \$
Chaudrée de légumes	3,85 \$
Chaudrée de palourdes	5,05 \$
Crème d'asperges (500 ml)	7,50 \$
Crème de champignons sauvages	4,45 \$
Crème de poulet (500 ml)	7,50 \$
Crème de tomates	3,85 \$
Crème d'épinards	3,85 \$
Crème de brocoli	3,85 \$
Soupe aux légumes (500 ml)	6,85 \$
Soupe bœuf et orge (500 ml)	6,85 \$
Soupe Minestrone au prosciutto	3,75 \$
Soupe poulet et nouilles (500 ml)	6,85 \$

LES LASAGNES ET MACARONIS

Lasagne à la viande	Simple 12,25 \$	Double 21,50 \$
Lasagne végétarienne	12,25 \$	
Lasagne aux fruits de mer	13,35 \$	
Macaroni au fromage et jambon	8,95 \$	
Macaroni au fromage et porc effiloché	10,70 \$	
Macaroni au fromage et Chorizo	9,25 \$	

LES QUICHES, PÂTÉS ET TARTES

	Petit	Grand
Quiche au jambon	8,95 \$	21,95 \$
Quiche aux épinards	8,55 \$	17,95 \$
Quiche aux champignons et lardons	21,95 \$	
Quiche pommes érablé bacon*	10,25 \$	21,95 \$
Quiche saumon fumé et asperges*	10,25 \$	21,95 \$
Pâté au poulet	9,95 \$	19,95 \$
Pâté au saumon	9,95 \$	19,95 \$
Tarte provençale	23,95 \$	
Tarte aux tomates	23,95 \$	

LES PLATS À LA VIANDE

Veau forestier	16,50 \$
Ris de veau sauce aux pleurotes	30,25 \$
Filet de bœuf grillé sauce aux poivres	30,50 \$
Filet de porc poire et noisettes	14,55 \$
Longe de porc à la moutarde	14,55 \$
Poulet au citron et olives	14,95 \$
Poulet Californien	14,95 \$
Poulet chasseur	14,95 \$

POISSONS ET FRUITS DE MER

	Unité
Saumon de l'Atlantique poché	18,65 \$
Saumon amandine	18,65 \$
Truite de mer pochée	18,65 \$
Morue de l'Atlantique, orange et fenouil	16,95 \$
Crevettes sauce homardine	13,75 \$
Crevettes au citron	13,75 \$
Steak de thon au sésame	19,95 \$
Crevettes, mangue et lait de coco	13,75 \$

VÉGÉTARIENS ET LES RÉCONFORTANTS

	Unité
Gratin Dauphinois	10,50 \$
Couscous aux légumes	12,45 \$
Couscous Royal	28,95 \$
Tofu général Tao	12,95 \$
Tofu aux tomates et feta	12,95 \$
Paella traditionnelle	18,95 \$
Risotto selon l'inspiration du chef	13,55 \$
Chili con carne	8,95 \$
Chili végétarien	7,95 \$
Ragoût de haricots au lait de coco	7,25 \$

LES SALADES EN VRAC (100 G)

	+ taxes
Salade brocoli feta	3,39 \$
Salade de betteraves jaunes	2,85 \$
Salade taboulé Jérusalem	2,85 \$
Salade de fusilli	2,85 \$
Salade couscous	2,85 \$
Salade de chou et pommes	2,05 \$
Salade de pommes de terre	3,00 \$
Salade de penne aux olives	3,00 \$

* Disponible la fin de semaine

Les prix affichés sont susceptibles d'être modifiés à tout moment et sans préavis.

LÉGENDE ⊕ Inclus un choix d'accompagnement | 🌱 Végétarien | ❄️ Surgelé ou congelé | 🌶️ Épicé | ☀️ Produit d'été | ✂️ Sans gluten | 🚫 Sans lactose

LES ACCOMPAGNEMENTS

Riz Jasmin 🌿 ✨ 🥄	3,85 \$
Riz sauvage 🌿 ✨ 🥄	3,85 \$
Légumes racine 🌿 ✨	3,85 \$
Orzo aux légumes 🌿 ✨	3,85 \$

Mélange de légumes du jardin 🌿 ✨ 🥄	3,85 \$
Pommes de terre et poireaux 🌿 ✨	3,85 \$
Purée de légumes 🌿 ✨	4,25 \$

LES PÂTES

FRAÎCHES (100 G)

Spaghetti / Spaghettini / Penne / Radiator / Fusilli / Lasagne / Linguini / Pappardelle / Fettuccini / Cheveux d'ange / Semoule de blé, œufs et sel 🌿 🥄	1,80 \$
---	---------

ROULÉES

Cannelloni au bœuf	(2) 7,95 \$
Cannelloni à l'agneau	(3) 9,25 \$
Cannelloni au homard	(3) 8,95 \$
Cannelloni au veau et épinards	(2) 7,25 \$
Manicotti	(2) 6,25 \$

FARCIES SURGELÉES (150 G)

Ravioli chèvre et tomates séchées 🌿 ❄️	6,25 \$
Ravioli au veau et oignons caramélisés ❄️	6,75 \$
Ravioli au fromage et fines herbes 🌿 ❄️	6,75 \$
Ravioli au saumon et citron vert ❄️	7,25 \$
Ravioli au homard ❄️	7,25 \$
Ravioli à la ricotta et pesto 🌿 ❄️	6,15 \$
Ravioli aux crevettes et agrumes ❄️	6,25 \$
Ravioli à la courge 🌿 ❄️	5,85 \$
Ravioli ricotta et citron 🌿 ❄️	6,30 \$
Ravioli au bœuf braisé ❄️ 🥄	7,25 \$
Medaglione au canard confit ❄️	9,95 \$
Mezzaluna aux champignons sauvages 🌿 ❄️	7,45 \$
Mezzaluna au ris de veau ❄️	6,95 \$
Tortellini au jambon ❄️	6,75 \$
Tortellini au fromage 🌿 ❄️	6,55 \$
Gnocchi ❄️	3,05 \$
Rotolo au saumon ❄️	(2) 10,95 \$

LES SAUCES

CLASSIQUES

	250 ml	500 ml
Viande classique 🥄	6,75 \$	12,50 \$
Bolognese	6,75 \$	12,50 \$
Aux champignons 🌿	6,75 \$	12,50 \$
Aux palourdes	6,75 \$	12,50 \$
Aurora 🌿	6,45 \$	11,90 \$
Du midi 🌿 🌶️	6,75 \$	12,50 \$
Tomates et ail 🌿	4,75 \$	8,55 \$
Au tofu 🌿 ❄️	6,45 \$	
Arrabiata 🌶️	6,45 \$	11,90 \$
Napolitaine 🌿	4,75 \$	8,55 \$
Sicilienne 🌿	6,95 \$	12,90 \$
Tomates et poivrons rouges grillés 🌿 ✨ 🥄	6,45 \$	
Tomates et orange 🌿 ✨ 🥄	4,85 \$	
Gaspésienne crémeuse	8,95 \$	
Californienne	6,50 \$	
Citronnée au parmesan 🌿	8,95 \$	
Carbonara ✨	9,15 \$	
Alfredo 🌿	9,15 \$	
Saumon fumé	8,95 \$	

SIGNATURES SURGELÉES

Safran ❄️	4,95 \$
Noisettes ❄️	4,75 \$
Pleurotes ❄️	4,50 \$
Thermidor ❄️	4,50 \$

LES PESTOS

Basilic 🌿 ✨	8,65 \$
Tomates séchées 🌿 ❄️ ✨	8,65 \$

Les prix affichés sont susceptibles d'être modifiés à tout moment et sans préavis.

LÉGENDE + Inclus un choix d'accompagnement | 🌿 Végétarien | ❄️ Surgelé ou congelé | 🌶️ Épicé | ☀️ Produit d'été | ✨ Sans gluten | 🥄 Sans lactose

Réchauffer et servir les mets emballés sous-vide



Plonger le sachet dans
l'eau chaude



Réchauffer selon
les instructions



Ouvrir le sachet
et servir

Note : Pour réchauffer les mets emballés sous-vide dans un micro-ondes, retirer l'emballage et réchauffer son contenu pendant 2 à 5 minutes.