



LES ENTRÉES Unité

Fondue Parmesan 🌿	4,65 \$
Rouleaux impériaux au canard confit 🍷	4,95 \$
Croustillant de chèvre aux poivrons rouges grillés 🌿	6,10 \$
Bouchées de crabe et morue	5,35 \$
Croquettes de lentilles 🌿	2,55 \$
Rillettes de truite 🍷	7,30 \$

LES SOUPES Unité

Velouté de petits pois cumin menthe	3,75 \$
Chaudrée de légumes	3,75 \$
Chaudrée de palourdes	5,05 \$
Crème d'asperges (500 ml) 🌿	7,25 \$
Crème de champignons sauvages 🌿	4,45 \$
Crème de poulet (500 ml)	7,25 \$
Crème de tomates	3,75 \$
Crème d'épinards	3,75 \$
Crème de brocoli	3,55 \$
Soupe aux légumes (500 ml)	6,75 \$
Soupe bœuf et orge (500 ml)	6,75 \$
Soupe Minestrone au prosciutto	3,50 \$
Soupe poulet et nouilles (500 ml)	6,75 \$

LES LASAGNES ET MACARONIS

Lasagne à la viande	Simple 11,95 \$	Double 19,95 \$
Lasagne végétarienne 🌿	11,95 \$	
Lasagne aux fruits de mer	12,95 \$	
Macaroni au fromage et jambon ❄️	8,95 \$	
Macaroni au fromage et porc effiloché	10,70 \$	
Macaroni au fromage et Chorizo ❄️	8,95 \$	
Macaroni au fromage et légumes grillés 🌿 ☀️	10,50 \$	

LES QUICHES, PÂTÉS ET TARTES

	Petit	Grand
Quiche au jambon	8,95 \$	19,95 \$
Quiche aux épinards 🌿	8,55 \$	17,95 \$
Quiche au chèvre et fines herbes		18,75 \$
Quiche aux champignons et lardons		19,75 \$
Quiche pommes érable 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 🌿		17,95 \$
Tarte aux tomates 🌿		17,95 \$

LES PLATS À LA VIANDE

Veau forestier ⊕	16,25 \$
Ris de veau sauce aux pleurotes ⊕	24,95 \$
Filet de bœuf grillé sauce aux poivres ⊕	30,25 \$
Filet de porc poire et noisettes ⊕	14,25 \$
Longe de porc à la moutarde ⊕	14,25 \$
Poulet au citron et olives ⊕ 🍷 🍷	14,75 \$
Poulet Californien ⊕	14,75 \$
Poulet chasseur ⊕	14,75 \$

POISSONS ET FRUITS DE MER Unité

Saumon de l'Atlantique poché ⊕ 🍷	18,50 \$
Saumon amandine ⊕ 🍷	18,50 \$
Truite de mer pochée ⊕ 🍷	17,80 \$
Morue de l'Atlantique, orange et fenouil	16,75 \$
Crevettes sauce homardine ⊕	12,95 \$
Crevettes au citron ⊕ 🍷	12,95 \$
Steak de thon au sésame ⊕ 🍷	19,95 \$

VÉGÉTARIENS ET LES RÉCONFORTANTS Unité

Gratin Dauphinois 🌿 🍷	10,25 \$
Couscous aux légumes 🌿 🍷	12,25 \$
Couscous Royal 🍷	20,45 \$
Tofu général Tao ⊕ 🌿	11,50 \$
Tofu aux tomates et feta 🌿 🍷	11,50 \$
Paella traditionnelle	17,25 \$
Risotto selon l'inspiration du chef	13,55 \$
Chili con carne 🌶️ 🍷 🍷	7,95 \$
Chili végétarien 🌿 ❄️ 🌶️ 🍷 🍷	7,95 \$
Ragoût de haricots au lait de coco 🌿 🍷 🍷	7,25 \$

LES SALADES EN VRAC (100 G)

	+ taxes
Salade brocoli feta 🌿 🍷	3,40 \$
Salade de betteraves jaunes 🌿 🍷 🍷	2,85 \$
Salade taboulé Jérusalem 🌿	2,85 \$
Salade de fusilli 🌿	2,85 \$
Salade couscous 🌿 🍷	2,30 \$
Salade de chou et pommes	2,05 \$
Salade de pommes de terre	3,00 \$
Salade de penne aux olives	2,85 \$

* Disponible la fin de semaine

LES ACCOMPAGNEMENTS

Riz Jasmin 🌿 ✨ 🥛	3,75 \$
Riz sauvage 🌿 ✨ 🥛	3,75 \$
Légumes racine 🌿 ✨	3,75 \$
Orzo aux légumes 🌿 ✨	3,75 \$

Mélange de légumes du jardin 🌿 ✨ 🥛	3,75 \$
Pommes de terre et poireaux 🌿 ✨	3,75 \$
Purée de légumes 🌿 ✨	3,95 \$

LES PÂTES

FRAÎCHES (100 G)

Spaghetti / Spaghettini / Penne / Radiator / Fusilli / Lasagne / Linguini / Pappardelle / Fettuccini / Cheveux d'ange / Semoule de blé, œufs et sel 🌿 🥛	1,70 \$
---	---------

ROULÉES

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

FARCIES SURGELÉES (150 G)

Ravioli chèvre et tomates séchées 🌿 ❄️	5,85 \$
Ravioli au veau et oignons caramélisés ❄️	6,75 \$
Ravioli au fromage et fines herbes 🌿 ❄️	6,45 \$
Ravioli au saumon et citron vert ❄️	6,45 \$
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 🌿 ❄️	6,15 \$
Ravioli au bœuf braisé ❄️ 🥛	6,95 \$
Medaglione au canard confit ❄️	8,25 \$
Mezzaluna aux champignons sauvages 🌿 ❄️	7,45 \$
Mezzaluna au ris de veau ❄️	6,95 \$
Tortellini au jambon ❄️	6,55 \$
Tortellini au fromage 🌿 ❄️	6,55 \$
Gnocchi ❄️	3,05 \$
Rotolo au saumon ❄️	(2) 10,95 \$

LES SAUCES

CLASSIQUES

	250 ml	500 ml
Viande classique 🥛	6,45 \$	10,95 \$
Bolognese	6,45 \$	10,95 \$
Aux champignons 🌿	6,75 \$	11,65 \$
Aux palourdes	6,75 \$	11,65 \$
Aurora 🌿	6,45 \$	10,95 \$
Du midi 🌿 🌶️	6,45 \$	10,95 \$
Tomates et ail 🌿	4,75 \$	8,55 \$
Au tofu 🌿 ❄️	6,15 \$	
Arrabiata 🌶️	6,45 \$	10,95 \$
Napolitaine 🌿	4,75 \$	8,55 \$
Sicilienne 🌿	6,45 \$	10,65 \$
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 ✨	8,95 \$	
Alfredo 🌿	8,95 \$	
Saumon fumé	8,95 \$	

SIGNATURES SURGELÉES

Safran ❄️	4,95 \$
Noisettes ❄️	4,55 \$
Pleurotes ❄️	4,15 \$
Thermidor ❄️	4,15 \$

LES PESTOS

Basilic 🌿 ✨	7,70 \$
Tomates séchées 🌿 ❄️ ✨	7,70 \$

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.