
CAFÉS ET THÉS

Nos grains de café proviennent de chez De Mello Palheta torréfacteur de Toronto et notre thé en vrac provient de chez Camellia Sinensis.

FILTRE
10 OZ - 3

ESPRESSO - 3 ALLONGÉ - 3

LATTE
8 OZ - 4 FLAT WHITE
10 OZ - 4,50 4 OZ - 3,50

CAPUCCINO
6 OZ - 3,75

MOKA
8 OZ - 4,75 10 OZ - 5

CHOCOLAT CHAUD
8 OZ - 4,50 10 OZ - 4,75

THÉ - 3,75 CHAÏ LATTE- 4,25

CANARI - 0,50

AUSSI DISPONIBLE

LAIT D'AVOINE LAIT D'AMANDES

LAIT DE SOYA LAIT DE COCO



MENU DU MATIN

La cuisine vous offre le déjeuner dès 7h30 jusqu'à 11h.

PÂTÉ JAMAÏCAIN À L'ŒUF – 5

TARTINE MATIN – 8

Salade d'œufs cuits durs sur une tranche grillée de pain maison au levain et aux céréales, mayonnaise maison, aneth, ciboulette et concassé de tomates.
L'option avec deux œufs pochés est possible.

GRAVLAX DE SAUMON – 6 JAMBON – 3 BACON – 2

SANDWICH DÉJEUNER – 8

Œuf au plat, cheddar, tomates, laitue

JAMBON – 3 BACON – 2

RÔTIES AU BEURRE – 4

CONFITURE – 1,50 DULCE DE LECHE – 1,50
CHEDDAR - 2,50 RILLETES MAISON – 3,50

AU COMPTOIR

MOELLEUX SARRASIN ET FRUIT DE SAISON – 3,50

CARRÉ AUX DATTES – 4,50

SCONE – 4

CAKE AUX FRUITS – 3,75

YOGOURT GRANOLA ET FRUITS DU MOMENT- 7,50

BUDWIG – 8

citron, banane, lin, millet, graine de citrouille et tournesol,
huile de Caméline, yogourt Cult nature, granola, fruits et miel

DESSERTS pour le LUNCH

TARTE au YUZU – 8.50
pralin, fenouil confit,
suprêmes d'agrumes

GÂTEAU aux AMANDES - 9
framboises, thé des bois, dulce de leche

CROUSTADE aux PÊCHES – 8.50
crumble avoine, fromage en grains, cannelle

BROWNIE au CHOCOLAT NOIR – 13
pacanes, glace au babeurre et épices

GLACE DU JOUR – 3

MINI CORNET 2 BOULES – 3,75

TARTINES

GRAVLAX DE SAUMON – 14,25

Gravlax de saumon avec de la crème sûre au citron, ciboulette et raifort, fenouil, radis, pamplemousse rose et verdure

CHAMPIGNONS, LARDONS, RICOTTA et ŒUF POCHÉ – 12,50

Ricotta, poêlée de champignons de Paris et lardons, copeaux de Parmigiano Reggiano, œuf poché et verdure

BURRATINA FUMÉE ET POIREAUX – 14

Poireaux cuits sous-vide, Burratina fumée, endives, pommes en compote et noisettes

BŒUF SÉCHÉ AUX ÉPICES - 14,25

Bœuf séché maison aux épices, mayonnaise au sésame, chou rouge, champignons, oignons verts marinés, chips de Nori et verdure

LES PLATS

Côtelettes d'agneau du Québec grillées, ragoût de grains d'épeautre à la tomate, macédoine de légumes, persil, citron et chips de légumes - 19

Poisson du jour à la Grenobloise, légumes verts, purée de fenouil au citron, verdure et olives vertes - 21

Jarret de porcelet de chez Gaspior braisé, purée de racines de persil, légumes verts et sauce forestière – 22

Keftas de veau, couscous israélien aux légumes et aux parfums moyen-orientaux, verdure - 18

BOISSONS FROIDES

LIMONADE MAISON ou THÉ GLACÉ À L'ORANGE – 4

JUS D'ORANGE ou PAMPLEMOUSSE ROSE PRESSÉ - 5

SMOOTHIE du MATIN – 7

JUS FRAIS BAOBAB et ARGOUSIER – 7

JUS FRAIS HIBISCUS et BLEUET – 7

KOMBUCHA FOUS DE L'ÎLE – 4,75

GINGER ALE ou COLA ARTISANAL 1642 - 4

EAU MINÉRALE ESKA PLATE ou GAZÉIFIÉE – 2,25 ou 5

BIÈRES EN FÛT

MILL'S ST BIOLOGIQUE – 4,35 ou 6,09

MICRO-BRASSERIE DUNHAM – 5,22 ou 7,39

BIÈRE EMBOUTEILLÉE

MICRO-BRASSERIE DUNHAM -5,75 selon l'arrivage

SAISON, SOFIE, GOOSE ISLAND, CHICAGO 765 ml – 25

SALADES pour LE LUNCH

Accompagnez votre salade avec nos à-côtés
présentés à la page suivante !

SALADE VERTE – 7,50

Verdure, tomates cerises, concombre et vinaigrette au carvi

VERMICELLES ET EDAMAME – 13

Vermicelles, édamame, chou Nappa, menthe, échalotes françaises
frites, noix de cajou, lamelles de carottes marinées, wakame et
vinaigrette au gingembre grillé

FENOUIL GRILLÉ, CHIOGA ET ORANGES SANGUINES - 13

Fenouil grillé et betteraves Chioga rôties au four,
suprêmes d'oranges sanguines, féta, aneth frais, verdure,
pistaches et vinaigrette à la cardamome

QUINOA BLANC ET CŒURS DE PALMIER – 13,50

Quinoa, cœurs de palmier, concombre, tomates, oignons verts,
ananas grillés, coriandre, basilic, feuilles de laitue et vinaigrette à la
lime épicée

HARICOTS FINS, CHAMPIGNONS ET LARDONS – 13

Haricots fins, lardons croustillants, champignons de Paris marinés,
copeaux de Parmigiano Reggiano, chips de pommes de terre rattes

Aussi délicieux avec un œuf poché +1,50

LES À-CÔTÉS pour le LUNCH

SOUPE DU JOUR

8 OZ – 5,75 12 OZ – 8,50

BAVETTE DE BŒUF

BLACK ANGUS RÉSERVE GRILLÉE,
CHIMICHURRI - 9

CREVETTES SAUVAGES D'ARGENTINE
ET ANANAS GRILLÉS – 6,50

SAUMON GRILLÉ, VINAIGRETTE

à la PISTACHE et FRUITS DE LA PASSION – 7

TOFU GRILLÉ ET MARINÉ
AU BOUILLON TERIYAKI - 5
