



**DU LUNDI AU VENDREDI**  
de 12h à 14h20 puis de 19h à 22h20

**LE SAMEDI**  
de 12h à 14h20 puis  
de 19h à 20h30

**LE DIMANCHE**  
de 12h à 15h

## LES ENTREES

### LE P'TIT BOWL VEGGIE ..... 6,50€

Quinoa gourmand, assortiment de crudités du moment, mix de graines et sauce soja et sésame

### LA P'TITE CHÈVRE ..... 6,50€

Mesclun, fromage de chèvre pané, tomates cerises, raisins blonds secs, noix et sauce miel/moutarde à l'ancienne

### LE BOWL CREVETTE ..... 6,50€

Crevettes marinées au gingembre et citron vert, mesclun, assortiment de légumes du moment, sauce soja et sésame

MARAICHERS  
LOCAUX

## NOS BURGERS

Tous nos plats sont accompagnés de frites Maisons

### VERTICAL' BEEF ..... 11,90€

Pain buns boulanger frais, Haché de boeuf frais, Refrain sarthois, Pickles maisons, Ketchup maison et mesclun

### CHICKEN PANKO ..... 12,90€

Pain buns boulanger frais, Filet de poulet du Maine frais pané Panko, tomme, Pancetta grillé, mesclun et sauce mayonnaise aux herbes

### VEG'ART ..... 11,90€

Pain buns boulanger frais, galette de falafels aux herbes fraîches maison, mesclun, crudités du moment et sour cream maison

### LE BURGER DU CHEF ..... 13,90€

Pains buns boulanger, haché de boeuf frais, mousse de chèvre, chorizo, piperade maison

### Assiette de frites ou de salade ..... 3,90€

\*Boeuf d'origine française

## NOS MENUS

### LE MENU DU JOUR

Plat du jour, boisson\*\*,  
Dessert au choix\*\*\*

**14,90€**

### MENU SALADE ET BOWL

Salade au choix, boisson\*\*,  
Dessert au choix\*\*\*

**15,90€**

### MENU BURGER

Burger au choix, boisson\*\*,  
Dessert au choix\*\*\*

**16,90€**

### MENU SANDWICH & BAGEL

Sandwich ou Bagel au choix, boisson (sans alcool)\*\*,  
Dessert au choix\*\*\*

**9,90€**

### MENU P'TIT DUR \*\*\*\*

Steak, jambon blanc ou Nuggets maison/ frites et salade  
boisson : Eau, sirop ou diablo  
Dessert : dessert du jour

**9,90€**

\*\* Eau, soda, jus de fruits, bière Pelforth 25 cl ou vin au verre 14 cl  
\*\*\* Hors café gourmand  
\*\*\*\* jusqu'à 12 ans



## NOS SALADES ET BOWL

### CAES'ART ..... 11,90€

Mesclun, Filet de poulet du Maine croustillant, croutons, copeaux de parmesans, tomates cerises et sauce caesar maison

### MOUNTAIN GOAT ..... 11,90€

Mesclun, fromage de chèvre pané, tomates cerises, raisins blonds secs, noix et sauce miel/moutarde à l'ancienne

### SHRIMP BOWL ..... 12,90€

Riz Basmati, crevettes marinées au gingembre et citron vert, assortiments de légumes du moment, sauce soja et sésame

### QUINO'ART BOWL ..... 11,90€

Quinoa gourmand, assortiment de crudités du moment, mix de graines et sauce soja et sésame

## NOS SANDWICHES ET BAGELS

### K12 ..... 5,20€

Pain frais boulanger, filet de poulet, chèvre, mesclun, estragon et citron vert

### CINTO ..... 4,90€

Bagel frais boulanger, courgettes grillées, feta, tomates séchées, basilic et citron jaune

### CERVINO ..... 5,20€

Pain frais boulanger, jambon blanc, emmental, coriandre et moutarde à l'ancienne

### GELAS ..... 4,90€

Bagel frais boulanger, thon, fromage frais, tomate, mesclun, sauce mayonnaise aux herbes fraîches



## LES PLANCHES A PARTAGER

Tout au long de la journée!

### PLANCHE MIXTE CHARCUTERIES / FROMAGES

#### - ARDOISE DU SOIR -

Demandez-nous ce que les chefs vous ont préparé aujourd'hui !

1 personne  
10,00€

2 personnes  
15,00€

## SUGGESTION DU CHEF

### LE PLAT DU JOUR ..... 11,90€

Demandez à notre chef la saveur du jour. (Découvrez chaque lundi les plats de la semaine sur nos réseaux sociaux)

### PULLED PORK ..... 12,90€

Effiloché de porc mariné aux épices douces, pomme de terre roties au paprika fumé

### LA PIÈCE DU BOUCHER ..... 13,90€

Demandez à notre chef la saveur du jour.

## NOS DESSERTS

### DESSERTS DU JOUR MAISON ..... 4,10€

Demandez les desserts de la vitrine : tiramisu, panna cotta, salade de fruits...

### CHEESE CAKE DU CHEF ..... 4,10€

Selon l'inspiration du moment (citron vert, caramel et spéculos, fruits de saison...)

### CAFÉ GOURMAND ..... 5,90€

Assortiment de desserts du jour (supplément cappuccino ou thé 1,00€)


# NOS BOISSONS


## EAUX MINÉRALES


San Pellegrino 50cl.....	<b>2,90€</b>
Vittel 50cl.....	<b>2,90€</b>
Perrier 50cl.....	<b>2,90€</b>

## BOISSONS FRAICHES

Coca-Cola, Coca-Cola Zéro, Fanta, Schweppes agrumes, orangina 33cl.....	<b>2,90€</b>
---	--------------

 Jus de fruits Bio (Orange, Pomme, Tomates, Multifruits...) 25cl.....	<b>3,20€</b>
--	--------------

 Lemonaid + Bio (Citron vert, fruit de la passion, citron gingembre, orange sanguine) 33cl.....	<b>3,50€</b>
--	--------------

 ChariTea + Bio (Thé vert gingembre citron, Thé noir citron, Rooibos aux fruits de la passion, Maté à l'orange et au citron) 33cl.....	<b>3,50€</b>
---	--------------

Diabolo 30cl.....	<b>2,50€</b>
----------------------	--------------

Sirop à l'eau 30cl.....	<b>1,90€</b>
----------------------------	--------------

## BOISSONS CHAUDES

Café expresso .....	<b>1,40€</b>
---------------------	--------------

Café allongé .....	<b>1,80€</b>
--------------------	--------------

Double expresso .....	<b>2,50€</b>
-----------------------	--------------

Café crème.....	<b>2,50€</b>
-----------------	--------------

Café noisette.....	<b>1,80€</b>
--------------------	--------------

Cappuccino triphasé .....	<b>4,50€</b>
---------------------------	--------------

Thé Dammann..... A l'ardoise	<b>3,50€</b>
---------------------------------	--------------

Chocolat chaud .....	<b>3,50€</b>
----------------------	--------------

 \* Café Kimbo  
Toutes nos boissons alcoolisées sont vendues avec des tapas

## BIÈRES PRESSIONS

Pelforth Blonde 25cl.....	<b>3,20€</b>
50cl.....	<b>5,50€</b>

Ciney 25cl.....	<b>3,90€</b>
50cl.....	<b>6,80€</b>

Tripel Karmeliet 25cl.....	<b>4,50€</b>
50cl.....	<b>7,50€</b>

Monaco 25cl.....	<b>3,50€</b>
50cl.....	<b>6,50€</b>

Panaché 25cl.....	<b>3,20€</b>
50cl.....	<b>6,10€</b>
Supplément sirop.....	<b>0,50€</b>

## BIÈRES ET BOISSONS ARTISANALES

Demandez-nous ce que nous avons derrière le bar !

Bière du moment 33cl.....	<b>4,90€</b>
------------------------------	--------------


Bière artisanale de sélection locale 33cl.....	<b>5,20€</b>
---	--------------

## VINS EN BOUTEILLES

● **Vins rouges** 14cl bouteille

 • Chinon AOP, «Domaine de la Noblaie».....	<b>4,50€</b>	<b>23,90€</b>
--	--------------	---------------

 • Côte de Bourg AOP, «Château du Luc».....	<b>4,10€</b>	<b>19,50€</b>
--	--------------	---------------

 • Côte du Rhône AOP, Paul Jaboulet «Parallèle 45».....	<b>4,50€</b>	<b>22,90€</b>
--	--------------	---------------

● **Vin Rosé** verre bouteille

• Côteaux Varois en Provence AOP, Domaine Coulomb.....	<b>4,10€</b>	<b>18,90€</b>
--	--------------	---------------

● **Vins Blancs** verre bouteille

• Domaine du Petit Bouc «Sauvignon» Tourraine AOP.....	<b>3,50€</b>	<b>17,90€</b>
--	--------------	---------------

 • Vignoble J.mourat «OVNI» .....	<b>4,10€</b>	<b>18,90€</b>
---	--------------	---------------

● **Méthode Champenoise** verre bouteille

• «La Petite Bulle» Brut, cuvée privée par Bouvet-Ladubay.....	<b>4,10€</b>	<b>21,90€</b>
---	--------------	---------------

