



DU LUNDI AU VENDREDI
de 12h à 14h15 puis de 19h à 22h15

DU SAMEDI AU DIMANCHE
de 12h à 14h30

LES ENTREES

LA P'TITE CAESAR 8,00€

Mesclun, aiguillettes de poulet du Maine panées «panko», poitrine grillée, oeuf dur, copeaux de parmesan, tomates cerises, croûtons et sauce caesar maison



LE P'TIT BOWL VÉGÉTARIEN 8,00€

Mélange de céréales bio et lentilles, assortiment de crudités, oeuf mollet, mozzarella, vinaigrette maison aux tomates séchées

LE P'TIT BOWL SAUMON 8,00€

Riz basmati bio, saumon mariné, assortiment de crudités, vinaigrette maison miel soja gingembre, sésame toasté

LA MISS'DUCK 8,00€

Mesclun, vinaigrette balsamique, magrets de canard fumés, mozzarella, tomates cerises et pignons de pin



NOS BURGERS



NOUVEAU !!! Pour chaque Burger, on vous laisse choisir la version : boeuf haché, filet de poulet pané «Panko» ou galette «Végé maison» !

Tous nos plats sont accompagnés de frites maison (pommes de terre Agatha sarthoises) ou de mesclun

LE VERTICAL' 15,00€

Pain buns boulanger frais, Refrain sarthois (tomme de vache), pickles maison, ketchup maison et mesclun

LE GRIMPEUR 15,00€

Pain buns boulanger frais, double raclette, rösti maison, mesclun et crème de ciboulette

LE DAFFY'DUCK 15,00€

Pain buns boulanger, magret de canard fumé, Fourme d'Ambert AOP, mesclun et mayonnaise aux herbes

LE KARI'BURGER 15,00€

Pain buns boulanger frais, double emmental, oignons rouges caramélisés, mesclun et sauce curry maison

LE SMOKY 15,00€

Pain buns boulanger frais, double cheddar, oignons rouges caramélisés, mesclun et sauce fumée maison

Assiette de frites ou de salade 3,50€

...une sauce au choix pour accompagner vos frites «maison»...

Ketchup, crème de ciboulette, smoky, mayonnaise aux herbes, BBQ, curry.

NOS MENUS

LE MENU DU JOUR*

Plat du jour + boisson**
+ Dessert du jour ou à la carte ***

16,00€

MENU SALADE ET BOWL

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

17,00€

MENU BURGER

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

18,00€

MENU SANDWICH & BUNS FRAIS

Sandwich ou buns frais au choix, boisson (sans alcool)**,
Dessert au choix***

10,00€

MENU P'TIT DUR ****

Steak, jambon blanc ou Nuggets maison/ frites et salade
Boisson : eau, sirop ou diablo
Dessert : dessert au choix

10,00€

** Eau, soda (sauf Lemonaid, Charitea et Symples), jus de fruits, bière Pelforth 25 cl ou vin au verre 14 cl (rouge ou blanc «Comté tolosan», rosé «Côtes de Provence»)
*** hors café gourmand
**** jusqu'à 12 ans



*Boeuf d'origine française

NOS SALADES ET BOWLS

LA V'CAESAR.....14,00€

Mesclun, aiguillettes de poulet du Maine panées «panko», poitrine grillée, oeuf dur, copeaux de parmesan, tomates cerises, croûtons et sauce caesar maison

LE VÉGÉ'BOWL14,00€

Mélange de céréales bio et lentilles, assortiment de crudités, oeuf mollet, mozzarella, vinaigrette maison aux tomates séchées

LE SALMON' BOWL.....14,00€

Riz basmati bio, saumon mariné, assortiments de crudités, vinaigrette maison miel soja gingembre, sésame toasté

LA BIG'DAISY.....14,00€

Mesclun, vinaigrette balsamique, magrets de canard fumés, mozzarella, tomates cerises et pignons de pin



NOS BUNS

LE SINGING PIG 5,00€

Bun du boulanger, jambon blanc en chiffonnade, Refrain sarthois, pickles, mesclun et mayo aux herbes

LE SMOKY POULET 5,00€

Bun du boulanger, poulet, sauce smoky, bacon, mesclun et emmental

SALMON'BUN 5,00€

Bun du boulanger, saumon, mesclun, concombre, préparation fromagère aux herbes maison

LE ROYAL MOZZZZZ 5,00€

Bun du boulanger, mozzarella, mesclun, carottes et sauce caesar maison



SUGGESTION DU CHEF

Tous nos plats sont accompagnés de frites maison ou de mesclun

LE PLAT DU JOUR*..... 12,50€

Demandez à notre chef la saveur du jour. (Découvrez chaque lundi les plats de la semaine sur notre page Facebook)

LE PULLED PORK D'HIVER..... 16,00€

Porc sarthois, cuisson lente (très très lente) au sirop d'érable et épices cajuns

TARTARE DE BOEUF FAÇON «BISTROT».....15,00€

haché de boeuf frais, condiment bistrot maison (cornichons, câpres, échalotes) ketchup maison et moutarde à l'ancienne

LA BASSE CÔTE SARTHOISE (250G).....18,00€

Boeuf origine sarthoise : ... selon arrivage ! Race à viande bien sûr !

LE BURGER DE LA SEMAINE15,00€

Changement tout les jeudis, selon l'inspiration et les envies des cuisiniers

*Le midi, du lundi au vendredi

LES PLANCHES A PARTAGER

Soir & weekend

PLANCHE MIXTE CHARCUTERIES / FROMAGES - ARDOISE DU SOIR -

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

1 personne 2 personnes
10,00€ 15,00€

BOWL ACCRAS DE BUTTERNUT

Beignets de butternut maison,
sauce au choix
5,00€

RILLETTES DE POULET DU MAINE «LABEL ROUGE»

Concoctées avec amour par nos cuisiniers !
5,00€

MONT D'OR RÔTI

Mont d'Or AOP, rôti au vin blanc et accompagné de croutons à l'ail et à l'huile d'olive
15,00€

NOS DESSERTS

DESSERTS DU JOUR MAISON..... 4,50€

Tiramisu speculoos & crème amaretto, tartelette citron vert meringuée, blondie...et autres surprises !

CHEESE CAKE DU CHEF..... 4,50€

Selon l'inspiration du moment !

LE BROOKIE 4,50€

Concocté avec amour par nos cuisiniers !

CAFÉ GOURMAND..... 6,00€

Selon inspiration du Chef !

SALADE DE FRUITS FRAIS..... 3,50€

...et son sirop de thé vert à la menthe

LES COOKIES DU CHEF..... 2,90€

...à découvrir en vitrine !

NOS BOISSONS

EAUX MINÉRALES

San Pellegrino 50cl.....	3,00€
Vittel 50cl.....	3,00€
Perrier 50cl.....	3,00€

BOISSONS FRAICHES

Coca-Cola, Coca-Cola Zéro, Fanta, Schweppes agrumes, orangina 33cl.....	3,00€
 Jus de fruits Bio (Orange, Pomme, Tomates, Multifruits...) 25cl.....	3,50€
 Lemonaid + Bio (Citron vert, fruit de la passion, citron gingembre, orange sanguine) 33cl.....	3,50€
 ChariTea + Bio (Thé vert gingembre citron, Thé noir citron, Rooibos aux fruits de la passion, Maté à l'orange et au citron) 33cl.....	3,50€
 Symples (Infusions glacées artisanales : énergisante, relaxante ou détoxifiante) 33cl.....	3,50€
Diabolo 30cl.....	2,50€
Sirop à l'eau 30cl.....	1,90€

BOISSONS CHAUDES

Café expresso.....	1,50€
Café décaféiné.....	1,50€
Café allongé.....	1,80€
Double expresso.....	2,50€
Café crème.....	2,50€
Café noisette.....	1,80€
Cappuccino triphasé.....	4,50€
Thé Dammann..... A l'ardoise	3,50€
Chocolat chaud.....	3,00€

* Café Kimbo

Toutes nos boissons alcoolisées sont vendues avec des tapas




BIÈRES PRESSIONS

Pelforth Blonde 25cl.....	3,50€
50cl.....	6,00€
Ciney 25cl.....	4,00€
50cl.....	7,00€
Tripel Karmeliet 25cl.....	4,50€
50cl.....	7,50€
Monaco 25cl.....	3,50€
50cl.....	6,00€
Panaché 25cl.....	3,50€
50cl.....	6,00€
Supplément sirop.....	0,50€

BIÈRES ET BOISSONS ARTISANALES

Demandez-nous ce que nous avons derrière le bar !

Bière du moment (Gallia IPA, Chouffe, Desperados) 33cl.....	5,00€
Bière artisanale de sélection locale 33cl.....	5,50€
 Cidre «Domaine de la Marre» 33cl.....	5,00€

VINS EN BOUTEILLES

	14cl	bouteille
Vins rouges		
 • Chinon AOP, «Domaine de la Noblaie».....	4,50€	21,00€
 • Côtes de Bourg AOP, «Château du Luc».....	4,00€	19,00€
 • La Mancha AOP, «Tradicion de Aresan».....	4,00€	19,00€
• Côte du Rhône AOP, Paul Jaboulet «Parallèle 45».....	4,50€	21,00€
Vin Rosé	verre	bouteille
 • Côteaux Varois en Provence AOP, Domaine Coulomb.....	4,00€	19,00€
Vins Blancs	verre	bouteille
 • Muscadet AOP, «La perdrix de l'année» par «Les bêtes curieuses».....	4,00€	19,00€
 • Vignoble J.mourat «OVNI».....	4,00€	19,00€
Méthode Champenoise		bouteille
• «La Petite Bulle» Brut, cuvée privée par Bouwet-Ladubay.....		20,00€

VINS AU VERRE & CARAFE

	14cl	25cl	50cl
Vin Blanc			
• IGP Comté Tolosan, Sauvignon.....	3,00€	5,50€	9,50€
Vin Rouge	14cl	25cl	50cl
• IGP Comté Tolosan, Malbec / Merlot.....	3,00€	5,50€	9,50€