

TOASTS

LE OG ✓ 🌱 **17 \$**

Avocat, micro-pousses, citron, assaisonnement plein-goût, huile d'olive
Avocado, sprouts, lemon, everything seasoning, olive oil

LOX OF LOVE **22 \$**

Avocat, saumon fumé, oignon rouge, aneth, citron, assaisonnement plein-goût, huile d'olive
Avocado, smoked salmon, red onion, dill, citron, everything seasoning, olive oil

SUNNY SIDE 🌱 **19 \$**

Salade d'oeufs, avocat, micro-pousses, assaisonnement plein-goût, huile d'olive
Egg salad, avocado, sprouts, everything seasoning, olive oil

LE CHICK **21 \$**

Salade de poulet, avocat, micro-pousses, assaisonnement plein-goût, huile d'olive
Chicken salad, avocado, sprouts, everything seasoning, olive oil

LE THON **19 \$**

Salade de thon, avocat, micro-pousses, assaisonnement plein-goût, huile d'olive
Tuna salad, avocado, sprouts, everything seasoning, olive oil

MIEL FETA 🌱 **18 \$**

Avocat, feta, noix de grenoble, assaisonnement plein-goût, miel
Avocado, feta, walnuts, everything seasoning, honey

SALADES

SANTORINI 20 \$

Romaine, tomate, concombre, oignon rouge, pois chiches, olives, feta, vinaigrette grecque

Romaine, tomato, cucumber, red onion, chickpeas, olives, feta, greek dressing

POULET AVOCAT 24 \$

Romaine, roquette, poulet, concombre, tomate, oignon rouge, avocat, quinoa, vinaigrette balsamique

Romaine, arugula, chicken, cucumber, tomato, red onion, avocado, quinoa, balsamic dressing

DÉTOX 20\$

Chou frisé, avocat, quinoa, brocoli, carotte, radis, chou rouge, persil, amandes, vinaigrette au cidre de pomme et citron

Kale, avocado, quinoa, broccoli, carrot, radish, red cabbage, parsley, almonds, apple cider lemon dressing

CÉSAR 20 \$

Chou frisé, romaine, concombre, pois chiches, avocat, graines de citrouille, graines de chanvre, croûtons, vinaigrette César végétalienne

*Contient des noix de cajou

Kale, romaine, cucumber, chickpeas, avocado, pumpkin seeds, hemp seeds, croutons, vegan caesar dressing

*Contains cashews

SÉSAME 22 \$

Laitue romaine, tofu, chou rouge, carottes, edamame, oignons verts, arachides, coriandre, graines de sésame, vinaigrette au sésame et tahini

Romaine, tofu, red cabbage, carrots, edamame, green onions, peanuts, cilantro, sesame seeds, sesame tahini dressing

LÉGENDE :



Végane
Vegan



Végétarien
Vegetarian



Sans gluten
Gluten-free

SMOOTHIES / BOLS DE SMOOTHIE

SPIRULINA ✓ 🌱 🌾 10 / 12,50 \$

Banane, ananas, épinard, spiruline, gingembre, graines de chia, jus d'orange pressé à froid

Banana, pineapple, spinach, spirulina, ginger, chia seeds, cold-pressed orange juice

GLOW ✓ 🌱 🌾 10 / 12,50 \$

Banane, ananas, mangue, curcuma, graines de chanvre, jus d'orange pressé à froid

Banana, pineapple, mango, turmeric, hemp seeds, cold-pressed orange juice

CLEAN GREEN ✓ 🌱 🌾 10 / 12,50 \$

Ananas, mangue, pomme, épinard, chou frisé, graines de chia, jus d'orange pressé à froid

Pineapple, mango, apple, spinach, kale, chia seeds, cold-pressed orange juice

ÉNERGIE ✓ 🌱 🌾 14 / 16 \$

Banane, beurre d'amande, graines de chanvre, espresso, sirop d'érable, poudre de protéine au chocolat, boisson d'amande

Banana, almond butter, hemp seeds, espresso, maple syrup, chocolate protein powder, almond beverage

ALMOND DREAM ✓ 🌱 🌾 14 / 16 \$

Banane, bleuet, mangue, beurre d'amande, poudre de protéine à la vanille, boisson d'amande

Banana, blueberry, mango, almond butter, vanilla protein powder, almond beverage

PB&J ✓ 🌱 🌾 13 / 15 \$

Banane, fraise, beurre d'arachide, graines de chanvre, poudre de protéine à la vanille, boisson d'amande

Banana, strawberry, peanut butter, hemp seeds, vanilla protein powder, almond beverage

STRAWBERRY GLAZE 🌾 14 / 16 \$

Fraise, avocat, sirop d'érable, poudre de protéine à la vanille, collagène, boisson de coco

Strawberry, avocado, maple syrup, vanilla protein powder, collagen, coconut beverage

BOL D'AÇAÏ ✓ 🌱 🌾 20 \$

Banane, fraise, bleuet, açai, boisson d'amande, garni de banane, fraise, bleuet, granola*, beurre d'amande

*Granola maison végétarienne et sans gluten (contient des amandes)

Banana, strawberry, blueberry, acai, almond beverage topped with banana, strawberry, blueberry, granola, almond butter*

*Vegan & gluten-free homemade granola (contains almonds)

BREUVAGES

ESPRESSO 3,75 \$

AMERICANO 3,75 \$

Chaud ou glacé | Hot or iced

CORTADO 5 \$

CAPPUCCINO 5 \$

LATTÉ 5,25 \$

Chaud ou glacé | Hot or iced

**LATTÉ ÉRABLE
ET CANNELLE** 5,75 \$

Maple cinnamon latte

Chaud ou glacé | Hot or iced

MOKA 6 \$

Chaud ou glacé | Hot or iced

**LATTÉ GLACÉ AU
PAIN AUX BANANES** 6 \$

Iced banana bread latte

CHAI LATTÉ 5 \$

LONDON FOG 5 \$

CHOCOLAT CHAUD 5 \$

Hot chocolate

MATCHA 6 \$

Chaud ou glacé | Hot or iced

**MATCHA GLACÉ AU
PAIN AUX BANANES** 7 \$

Iced banana bread matcha

MATCHA EARL GREY 7 \$

Chaud ou glacé | Hot or iced

**MATCHA GLACÉ DATES
& CRÈME** par Nihel 7 \$

Iced dates n' cream matcha by Nihel

SPIRULINA

bar santé

SPIRULINA

bar santé