

L'Américain

Petit appétit?
Évitez le gaspillage et ne
demandez qu'une rôtie!



Le classique

Oeuf(s) + p'tites patates + rôties.

● ●
5,75 \$ 6,50 \$

Œuf(s) + 1 choix (bacon, jambon, saucisson fumé, cretons ou végétarié)
+ p'tites patates + rôties.

7,25 \$ 8,00 \$

L'extra

2 œufs + 2 choix (bacon, jambon ou saucisson fumé)
+ 1 choix (cretons ou végétarié) + p'tites patates + rôties.

13,00 \$

La Casserole

2 œufs pochés gratinés de fromage suisse + p'tites patates + rôties.



L'Amalgame

Asperges + tomate + poivron rouge grillé + oignon rouge
+ câpres + épinards.

14,50 \$

Le Colypso

Saucisson sec + oignon vert + épinards + sauce hollandaise
+ sauce tomate à l'ail grillé.

12,00 \$

La Florentine

Jambon + épinards.

11,00 \$

La Pléiade

Jambon + oignon rouge + sauce hollandaise + asperges + tomate.

14,00 \$

Envie de changement?

P'tites patates → Avalanche de fruits : + 4,00 \$

P'tites patates → Salade verte : + 1,75 \$ (en semaine dès 11:30)

Ajout d'une portion de fruits : + 2,50 \$

Rôties sans gluten : + 0,95 \$

• Théis bio-équivalents:

jardin + vert + English Breakfast + Earl Grey

• Finances bio-équivalentes:

camomille + menthe + canneberge + réglisse
+ épices chocolatées + citron et gingembre

VOUS AVEZ DES ALLERGIES OU DES INTOLÉRANCES? MENTIONNEZ-LES
CLAIREMENT LORS DE LA COMMANDE POUR ÉVITER DES MAUVAISES SURPRISES CAR
LA REPRISE DES PLATS SERA À VOS FRAIS. LES CONTAMINATIONS CROISÉES DANS
LES FRUITS ET PRODUITS CÉRÉALIERS SONT TRÈS PROBABLES.

MERCI DE VOTRE COLLABORATION.

Confitures maison aux fraises
ou abricots et gingembre
0,25 \$



La Bénédiction

Oeufs pochés sur "muffins anglais" nappés de sauce hollandaise avec p'tites patates.

Petit appétit? Commandez une portion réduite pour 3\$ de moins (non valide sur Rois Mages et Templier)

Épinards	11,00 \$
Jambon	12,75 \$
Jambon + épinards	13,50 \$
Séraphin Poivron rouge grillé + fromage de chèvre + épinards.	14,25 \$
Croisades Asperges + épinards + sauce hollandaise aux champignons.	14,25 \$
François ter Tomate grillée + jambon + oignon rouge.	14,25 \$
Rois mages Truite arc-en-ciel + asperges + épinards + sauce hollandaise aux champignons + fromage artisanal.	17,50 \$
Métatron Saucisson sec + sauce tomate à l'ail grillé + oignon vert.	13,00 \$
Pêcheur Truite arc-en-ciel + câpres + oignon rouge.	14,25 \$
Chaman Bacon + fromage de chèvre + sirop d'érable.	14,25 \$
Templier Jambon + tomate grillée + fromage artisanal + oignon rouge + sauce hollandaise aux champignons.	15,75 \$
Avec fromage suisse : + 3,00 \$	
Avec fromage de chèvre : + 3,50 \$	
Avec asperges ou tomate grillée : + 1,75 \$	
Sur bagel ou pain sans gluten : + 0,95 \$	
Sauce à part : + 0,75 \$	



* **Thés bio-équivalents:**
jessmin + vert + English Breakfast + Earl Grey.
Tisanes bio-équivalentes:
canonille + menthe + canneberge + nigelle
+ épices chocolatées + citron et gingembre

VOUS AVEZ DES ALLERGIES OU DES INTOLÉRANCES? MENTIONNEZ-LES CLAIREMENT LORS DE LA COMMANDE POUR ÉVITER DES MAUVAISES SURPRISES CAR LA REPRISSE DES PLATS SERA À VOS FRAIS. LES CONTAMINATIONS CROISÉES DANS LES FRUITS ET PRODUITS CÉRÉALIERS SONT TRÈS PROBABLES.

MERCI DE VOTRE COLLABORATION.



Florilège

La Normande

2 gaufres (régulière ou sans gluten) + lamelles de pommes
+ fromage à la crème + bacon + sirop d'érable + fruits.

14,50 \$

L'Anglaise

2 gaufres (régulière ou sans gluten) + salade de fruits frais
+ crème anglaise ou sirop d'érable.

11,00 \$

Le campagnard

2 tranches de pain aux raisins + lamelles de pommes
+ fromage suisse gratiné + avalanche de fruits + sirop d'érable ou crème anglaise.

14,25 \$

L'ensoleillé

1 boulangerie (bagel ou 2 tranches de pain de ménage, aux raisins ou sans gluten)
+ salade de fruits (nature, crème anglaise ou yogourt) + 2 accompagnements
(cretons, végépaté, confiture, fromage artisanal ou fromage à la crème).

13,25 \$

L'Européen

1 boulangerie (bagel ou 2 tranches de pain de ménage, aux raisins ou sans gluten)
+ 2 accompagnements (cretons, confiture, végépaté, yogourt, fromage artisanal,
fromage de chèvre frais ou fromage à la crème) + avalanche de fruits.

14,25 \$

Pain perdu

2 tranches de pain doré + sirop d'érable ou crème anglaise + avalanche de fruits frais.

11,00 \$

Québécoise

3 crêpes + sirop d'érable ou crème anglaise + avalanche de fruits.

11,00 \$

Bagel à la truite

Truite arc-en-ciel + fromage de chèvre frais ou fromage à la crème
+ oignon rouge + câpres + avalanche de fruits.

14,75 \$

La Poutine

P'tites patates + saucisson épicé + sauce tomate à l'ail grillé
+ oeuf poché + sauce hollandaise + oignon rouge + fromage suisse gratiné + fruits.

13,50 \$

VOUS AVEZ DES ALLERGIES OU DES INTOLÉRANCES? MENTIONNEZ-LES CLAIREMENT LORS DE LA COMMANDE POUR ÉVITER DES MAUVAISES SURPRISES CAR LA REPRISE DES PLATS SERA À VOS FRAIS. LES CONTAMINATIONS CROISÉES DANS LES FRUITS ET PRODUITS CÉRÉALIERS SONT TRÈS PROBABLES.

MERCI DE VOTRE COLLABORATION.

ARA
GON
CAFÉ-RESTO

Crêpes Farcies

LA FERMIÈRE

Pommes • saucisson fumé ou végétal • fromage suisse gratiné
• avalanche de fruits • sirop d'érable.

15,00 \$

BROCÉLIANDE

Asperges • fromage artisanal • saucisson fumé ou végétal
• oignon rouge • fromage suisse gratiné • avalanche de fruits.

15,75 \$

SALÉE À L'AMÉRICAIN

Œuf poché • saucisson fumé ou végétal • fromage suisse gratiné
• avalanche de fruits • sirop d'érable.

14,50 \$

J'en ai marre des carnivores (végétalien)

QUÉBÉCOISE

3 crêpes accompagnées d'une avalanche de fruits et de sirop d'érable.

11,50 \$

SHERPA

Casserole avec asperges, oignon rouge, poivron rouge rôti, épinards, tomates
et végétal sur crêpe, nappée de sauce tomate à l'ail grillé et accompagnée
de petites patates et de fruits.

15,50 \$

MORGAN

Crêpe farcie d'asperges, d'oignon rouge, d'épinards et de végétal, accompagnée
de petites patates et de fruits.

12,00 \$

OLOKO

Pointes de pita grillée, végétal, confiture au choix, tomates fraîches,
asperges grillées, petites patates et fruits frais

12,00 \$

POMMELÉE

Crêpe chaude farcie de lamelles de pommes et de végétal rôti, accompagnée
de petites patates, de fruits frais et de sirop d'érable

12,00 \$

Vous avez des allergies ou des intolérances? Merci de nous en faire part!



L'Omelette

Servi avec rôties et p'tites patates.

Artisane aux asperges

Fromage artisanal + asperges.

12,00 \$

Chèvrefeuille

Fromage de chèvre + épinards.

12,00 \$

Douce folie

Poivron rouge grillé + sauce aux champignons.

14,00 \$

Lorraine

Jambon + fromage suisse + oignon vert.

14,00 \$

Western

Jambon + poivron rouge grillé + oignon rouge + sauce tomate à l'ail grillé.

14,00 \$

L'île de Pâques

Pizza style déjeuner sur un pain gyros avec oeuf(s) poché(s), oignon rouge et gratinée de fromage suisse.

Basalte

Bacon + sauce crémeuse aux champignons.

11,75 \$

12,50 \$

Moai

Truite arc-en-ciel + sauce crémeuse aux champignons.

14,25 \$

15,00 \$

Maumaka

Saucisson sec + sauce hollandaise + sauce tomate à l'ail grillée.

11,75 \$

12,50 \$

Polynésienne

Asperges + tomate + épinards + sauce hollandaise + sauce tomate à l'ail grillée.

13,00 \$

13,75 \$

Rongo

Poivron rouge grillé + épinards + sauce aux champignons.

12,75 \$

13,50 \$

VOUS AVEZ DES ALLERGIES OU DES INTOLÉRANCES? MENTIONNEZ-LES CLAIREMENT LORS DE LA COMMANDE POUR ÉVITER DES MAUVAISES SURPRISES CAR LA REPRISE DES PLATS SERA À VOS FRAIS. LES CONTAMINATIONS CROISÉES DANS LES FRUITS ET PRODUITS CÉRÉALIERS SONT TRÈS PROBABLES.

MERCI DE VOTRE COLLABORATION.




ARA
GON
CAFÉ-RESTO

Les Elixirs

CAFÉS ET COMPAGNIE

Espresso ou café filtre	2,25 \$	•
Espresso double	3,25 \$	•
Americano	2,50 \$	•
Macchiato	2,75 \$	•
Café au lait	3,25 \$	5,00 \$
Café Moka	3,75 \$	5,25 \$
Cappuccino	3,25 \$	•
Chai latte (thés aromatisés • épices grillées)	3,25 \$	5,00 \$
Café de céréales latte (seigle • orge • racine de chicorie • betterave)	3,25 \$	5,00 \$
Chocolat chaud	3,25 \$	5,00 \$
Thés ou tisanes certifiés biologiques et équitables	2,25 \$	•
Tisanes Mishka Odeur d'été: Mangue, ananas, gingembre	3,25 \$	5,00 \$
Douceur rosée: Fraise, pomme, épices		
Espace boisé: Petites baies		

JUS

Vermel d'Aragon (fraise • bleuets • framboise • pomme • citrouille)	3,50 \$	5,25 \$
Gros Pierre (jus de pomme)  	2,75 \$	3,75 \$
Jus d'orange	2,75 \$	3,75 \$
Jus de pamplemousse rose	2,75 \$	3,75 \$
Limonade	•	3,25 \$
Limonade Mishka (voir les saveurs Tisanes Mishka)	•	4,75 \$
Bec Cola ou Canneberge ou Lime (sodas sucrés à l'érable) 	•	3,00 \$
Lait ou boisson de soya	2,25 \$	3,25 \$
Lait au chocolat LA PINTÉ	4,00 \$	← <small>STEVIA SUIVANT LA NORME 25</small>

L'Empiffrerie

DENT SUCRÉE

Pouding chômeur à l'érable • crème fraîche	3,00 \$
Avalanche de fruits <small>(agrumes • melons • petits fruits • fruits exotiques • fruits de saison)</small>	8,25 \$
2 crêpes • sirop d'érable	3,25 \$
Salade de fruits nature	5,50 \$
Salade de fruits • yogourt ou crème anglaise	6,50 \$
Sirop d'érable biologique	0,75 \$
Crème anglaise	1,25 \$
Confiture	0,25 \$
Yogourt nature	2,00 \$
Banane	1,00 \$

FROMAGERIES

À la crème	2,50 \$
Suisse râpé	3,00 \$
Artisanal ou chèvre frais	3,50 \$

SAUCE

Hollandaise	3,00 \$
Sauce aux champignons	3,00 \$

LÉGUMERIES

P'tites patates	2,25 \$
Asperges ou tomate	2,00 \$
Épinards	1,25 \$
Oignon rouge	0,75 \$

BOULANGERIES

Bagel ou 2 tranches de pain de ménage, aux raisins ou sans gluten	2,00 \$
1 tarte	1,00 \$
1 crêpe ou 1 gaufre	1,50 \$

CHARCUTERIES

Crêtons ou végétarié	2,75 \$
Saucisson fumé ou truite arc-en-ciel	4,00 \$
Bacon ou jambon	3,50 \$
Oeuf	1,25 \$

VIRAC

Café	14,00 \$/lb
Confiture	5,00 \$
Végépaté	6,00 \$

Petit guide de survie aux allergies

INTOLÉRANCE ET ALLERGIE AU GLUTEN:

Toutes nos boulangeries et pâtisseries contiennent du gluten à l'exception du pain sans gluten. Il faut toutefois noter que le pain sans gluten est tranché, cuit et grillé avec de l'équipement en contact avec des produits du blé. La contamination croisée est probable malgré nos intentions et nos efforts. Le végétarisme, les saucissons secs et fumés, les cretons et la sauce aux champignons contiennent des produits du blé.

ALLERGIE AUX ŒUFS:

Les œufs sont présents dans le pain sans gluten, les deux sortes de gaufres, les muffins anglais, le pain perdu, les bagels et le pouding chômeur (le pain de ménage, le pain aux raisins et les crêpes en sont exempts). Ils sont aussi présents dans la sauce hollandaise, la sauce aux champignons, la crème anglaise et la mayonnaise.

INTOLÉRANCE AU LACTOSE ET AUX PRODUITS LAITIERS:

Le fromage suisse de La Chaudière est sans lactose. Toutes nos boulangeries contiennent du beurre à l'exception des bagels et du pain gyros. La sauce hollandaise, la sauce aux champignons, les cretons, le pouding chômeur et la crème anglaise contiennent des produits laitiers.

ALLERGIE AU SOYA:

Le pain gyros et les crêpes contiennent du soya.

ALLERGIES AUX FRUITS:

Tous nos fruits sont entreposés dans la même aire de travail et préparés avec le même équipement. La contamination croisée est inévitable entre nos fruits. Une contamination croisée avec les pommes de terre est aussi possible.

ALLERGIES AUX NOIX, ARACHIDES ET GRAINES:

Aucune noix n'est utilisée dans notre carte des déjeuners. Il peut toutefois y en avoir dans notre table du midi en semaine. Le beurre d'arachide est servi en portion individuelle et scellée. Le végétarisme contient du tournesol et les bagels sont au sésame. La contamination croisée de la sésame est probable pour les boulangeries.

Glossaire

ROIS MAGES: Balthazar, Gaspard et Melchior.

ARAGON: Louis Aragon, poète français 1897-1982.

BASALTE: Matériaux utilisés pour les Moai.

BROUILLIANDÉ: Forêt mythique de la légende arthurienne.

CALYPSO: Nymphes de la mer qui a retenu Ulysse auprès d'elle.

CROISADES: Pèlerinages armés chrétiens pour reprendre la Terre sainte.

FRANÇOIS TER: Pape.

HAIMAKA: Ancien nom de l'île de Pâques.

MÛTAFIRON: Puissance du monde divin.

MOAI: Statues monumentales de l'île de Pâques.

RONGO: Inscriptions qui ont résisté à toutes les tentatives de déchiffrement sur l'île de Pâques.

TEMPLIER: Ordre religieux et militaire formé pendant les Croisades.

