

★ Le club du matin ★

Duo Petit Dej'

disponible dans les magasins mandy's brique et mortier

Œufs, fromage blanc, soy, poivrons rouges, ciboulette, cheddar, sel

Parfait au yaourt

disponible dans les magasins mandy's brique et mortier

Yaourt grec, compote de baies, granola au beurre d'amande

Pudding au chia

disponible dans les magasins mandy's brique et mortier

Matcha chia, mangue, flocons de noix de coco

Smoothies

Shakti

disponible dans tous les sites mandy's

banane, ananas, avocat, chou frisé, bébé épinard, jus de pomme, menthe, gingembre frais, sirop d'érable

Açaí et baies

disponible dans tous les sites mandy's

açaí, mangue, fraises, banane, beurre d'amande, lait d'amande, bleuets

Ma « Cherry » D'amour

disponible dans les points de vente de briques et de mortier

bananes, cerises, beurre d'amande, lait d'amande à la vanille

Coco Loco

disponible dans tous les sites mandy's

bananes, mangues, ananas, noix de coco grillée, lait de coco, jus d'orange

Macaron le glouton

disponible dans les points de vente de briques et de mortier

banane, dattes, cacao, lait d'amande, beurre d'amande, cœurs de chanvre, Mandys biscuits aux pépites de chocolat

Une « Date » avec Moi

disponible dans les points de vente de briques et de mortier

banane, café, dattes, cacao, lait d'amande, beurre d'amande, cœurs de chanvre

Salades signature

Le Rodeo ★

vinaigrette ranch classique

laitue iceberg, laitue mixte, tomates cerises, maïs, bacon, cornichons, fromage bleu, croustilles

Habibi

vinaigrette curcuma et tahini

laitue romaine, laitue mixte, menthe, persil, quinoa, lentilles, tomates cerises, concombre, pois chiches, patates douces, oignons rouges, feta

Thon poêlé

vinaigrette gingembre et wasabi

laitue mixte, chou frisé, roquette, avocat, chou rouge, concombre, edamame, pomme, oignons tempura, graines de sésame, thon poêlé au togarashi

Cactus Cowboy

vinaigrette à la coriandre et au cumin

salade mixte, laitue romaine, coriandre, avocat, maïs, poivron rouge, oignon rouge mariné, chips tortilla, cheddar

La Wolfe

vinaigrette au tamari

salade mixte, roquette, chou frisé, quinoa, tomates cerises, avocat, carottes râpées, noix grillées, graines de sésame grillées, parmesan râpé

Satay aux arachides

vinaigrette aux agrumes

laitue mixte, menthe, coriandre, basilic, carottes râpées, chou rouge, oignons verts, mangue, croustilles de won-ton, arachides, 'poulet' végétal aux arachides

Salade césar de Jules

vinaigrette césar

chou frisé, laitue romaine, bacon, câpres croustillantes, pitas croustillants, chips de parmesan, parmesan râpé

Le « Fave »

vinaigrette dijon & miel

laitue romaine, roquette, carottes râpées, maïs, brocoli, avocat, pitas croustillants, graines de tournesol, copeaux de parmesan

d'été

vinaigrette d'été

laitue romaine, laitue mixte, chou frisé, quinoa, carottes râpées, concombre, avocat, oignons tempura, pomme-grenade, graines de sésame rôties, coriandre, basilic, 'poulet' végétal tamari

Sesame

vinaigrette au sésame

laitue romaine, laitue mixte, avocat, mandarines, tomates cerises, carottes râpées, nouilles croquantes, graines de sésame rôties

Cobb

vinaigrette 'déesse verte'

laitue romaine, laitue mixte, tomates cerises, avocat, oignons verts, champignons, pitas croustillants, bacon, oeuf de poule en liberté

Bûcheron

vinaigrette césar

laitue romaine, tomates cerises, avocat, champignons, oignons verts, pitas croustillants, mozzarella, bacon, poitrine de dinde, poulet grillé

Bols à grains

Bol Western ★

vinaigrette ranch crémeux au jalapeño

boeuf effiloché, chimichurri, oignons rôtis au four, noix de maïs, cornichons sucrés, salade crémeuse (choux rouge, carottes, chou frisé)

Paradis Pacifique

vinaigrette au chili et au citron vert

nouilles de riz, coriandre, menthe, carottes râpées, chou rouge, oignons verts, edamame, poivrons rouges, mangue, noix de cajou, crevettes au curry de noix de coco

Bol Opa!

vinaigrette citron et aneth

orzo, roquette, poivrons rouges, oignons rouges, concombre, olives Kalamata, feta

Bol Aloha

vinaigrette sucrée au sésame avec un filet d'été

riz brun, coriandre, brocoli, concombre, edamame, chou rouge, graines de sésame rôties, tofu balsamique

Bol 'Bombe de protéines'

vinaigrette tamari & déese verte

quinoa, avocat, poivrons rouges, pois chiches, oignons verts, chou rouge, maïs, feta, chou frisé, basilic, coriandre