



Dame Tartine
Déjeuner & Dîner

Dame Tartine, déjeuner autrement

Chez Dame Tartine nous offrons un grand choix de déjeuners, des plus classiques aux plus originaux. Notre mission, c'est d'adapter notre menu afin de satisfaire nos clients en fonction de leurs besoins et de leurs différents modes d'alimentation. Bien que nous ne prétendons pas être de réels spécialistes de ces styles alimentaires, nous prenons plaisir à élaborer des plats variés qui peuvent répondre à tous les désirs.



Végétarien

Le végétarisme est une alimentation excluant toute chair animale (aucune viande). Toutefois, les sous-produits d'animaux sont permis tels que le fromage, les œufs, le lait, le beurre, la crème.



Sans lactose

L'intolérance au lactose est une incapacité à digérer le sucre (appelé lactose) dans le lait et les produits laitiers.



Sans gluten

Le gluten est un composé protéique que l'on retrouve dans de nombreuses céréales telles que le blé, le seigle ou l'orge. Les gens ayant une forte intolérance au gluten ont la maladie cœliaque. Il est possible qu'une personne soit sensible au gluten sans avoir la maladie. Sachez que nous proposons des options sans gluten. Toutefois, nous ne pouvons pas vous garantir qu'il n'y aura pas de traces causées par une contamination croisée. Par conséquent, nous ne pouvons être tenus responsables de tout préjudice subi à la suite de l'ingestion de l'un de nos plats.



KETO (ou Cétogène)

Cette alimentation est à faible teneur en glucides (sucre) et à très haute teneur en lipides (gras).

Cette diète existe depuis une centaine d'années, elle a d'abord été développée pour faire diminuer ou disparaître les crises d'épilepsie sévères. Cette technique est encore utilisée à ce jour chez les personnes épileptiques.

Le régime cétogène est également utilisé pour aider plusieurs troubles de santé et également pour perdre du poids chez certaines personnes.

Sachez que nous pouvons changer vos pommes de terre pour du navet rôti dans tous les plats, à la demande, et aussi changer l'accompagnement de fruits pour des tranches de tomate. Vous avez ainsi plusieurs choix au menu selon votre apport glycémique personnel.



Végan

Le client végétalien (végan) ne consomme aucun produit d'origine animale, tel que les œufs, le lait, la crème, le beurre, le fromage, le miel, la viande, le poisson. Son alimentation est issue de produits végétaux tels que les fruits et légumes, le soja, les légumineuses et les céréales.

Saviez-vous que...

- Nos crêpes de sarrasin sont **sans gluten, sans lactose** et **véganes**.
- Le pain blanc et brun utilisé pour nos rôties est **végan**.
- Nous avons du pain **sans gluten**.
- Il est possible de commander une omelette **sans lactose**.
- Notre sauce Mornay est **sans gluten**.
- Vous pouvez ajouter du **lait végétal** à votre café. Demandez-le.
- Nos rôties sont tartinées avec du vrai beurre.
- Bacon, jambon, dinde fumée, émincé de bœuf, végécrons et assaisonnement pour pommes de terre sont sans gluten.

KETO (Cétogène)

Servis avec navets grillés, tomates et café régulier.

KETO  **Omelette cétogène** 19,25
Bacon, avocat et fromage en grains

KETO  **Madame Keto**  21,25
2 œufs pochés sur fromage Cantonnier croustillant, fromage brie fondant, avocat, roquette, bacon et salami piquant

KETO  **L'oncle Keto** 21,75
2 œufs pochés sur fromage emmental croustillant, fromage brie fondant, avocat, roquette, émincé de bœuf, bacon, champignons

KETO  **Ma cousine Keto** 23,25
2 œufs pochés sur émmmental croustillant, fromage brie fondant, avocat, roquette, saumon fumé et câpres



Végan

 **Classique végétal**
Servi avec pommes de terre assaisonnées, fruits, rôties véganes sans beurre et café régulier (lait végétal au choix).

Choix d'accompagnements : végépâté, végécretons, légumes grillés, avocat, tomates, fruits, saucisse végétane (extra 1,75 \$) ou chips de bacon de noix de coco.

1 accompagnement 10,50

2 accompagnements 12,00

3 accompagnements 13,50

 **Crêpes farcies végétaliennes** 17,50

Servies avec petite salade verte, fruits et café.
Deux crêpes de sarrasin garnies de bacon au coco, tranches de poire et oignons rouges.

 **Club végétal** 19,25

Servi avec pommes de terre assaisonnées, fruits et café.
Une préparation de végépâté, véganaise, bacon de coco, laitue et tomates entre deux tranches de pain rôties véganes.

* Tout changement ou modification peut entraîner des frais.



Les tout-petits

Servis avec un verre de jus, lait, lait au chocolat ou chocolat chaud. Pour 3.00 \$ de plus, vous pouvez obtenir un petit cocktail pour enfant ou un « jujusplosif » (salade de fruits dans un mix de jus) (10 ans et moins)



 **L'œuf dans son nid** 7,75
pain doré + œuf brouillé + fruits

 **Crêpe bananes** 7,75
1 crêpe, bananes, sauce chocolat maison et fruits

 **Crêpes nature** 7,75
deux crêpes nature + fruits

Le petit prince 7,75
Un œuf brouillé, une saucisse, pommes de terre, une rôtie et fruits

 **Chapeau de fruits** 7,75
fruits frais, yogourt à la vanille et une rôtie

 **Le junior** 7,75
Sandwich grillé au cheddar et fruits

Les lève-tôt

JUSQU'À 9 H TOUS LES JOURS

Servis avec fruits et café.

Aucune substitution possible.

Offerts aussi après 9 h **extra 2,00**

 **Bagel fromage à la crème** 6,95

 **Baguette rôtie et café au lait** 6,95

 **Crêpes nature (3x)** 8,95

 **Crêpes (3x) sirop d'érable** 10,95
crêpes nature servies avec sirop d'érable

Deux cocos 10,95
2 œufs, bacon (2) **ou** saucisse (1), fèves au lard **ou** jambon, pommes de terre et rôties

 **Omelette nature** 11,25
pommes de terre et rôties

Demi-bénédictin traditionnel 11,25
jambon et pommes de terre 

Le demi-rouleau du prince 11,75
2 œufs brouillés dans un rouleau de jambon nappé de sauce Mornay, pommes de terre et rôties

Demi-délice 14,50
2 œufs brouillés à la crème et aux fines herbes sur demi-bagel rôti, fromage à la crème, saumon fumé et pommes de terre

Amoureux des fruits

Servis avec café.

 **La coquetterie de Dame Tartine** 16,25
scone nature servi avec crème anglaise et beaucoup de fruits

 **Bol de yogourt garni de fruits du marché** 17,25
granola, fruits frais de saison et yogourt à la vanille garni de graines de chia

 **Assiette de fruits frais et baguette** 17,50
fruits frais de saison, (choix de : yogourt grec ou fromage cottage ou végécretons) et baguette rôtie.

* Tout changement ou modification peut entraîner des frais.

Les tartines

Servies avec pommes de terre assaisonnées, fruits et café.

 **Madame Marguerite** 18,25
2 œufs pochés sur lit de roquette, fromage emmental, oignons sautés, tomates confites, servis sur une rôtie

 **Mademoiselle Chèvrefeuille** 19,25
2 œufs pochés sur notre mélange à « Biquette » (préparation de fromage de chèvre, oignons, champignons et tomates séchées) lit de roquette, tranches de portobello, servis sur une rôtie

Monsieur Tournesol 20,25
2 œufs pochés sur un lit de roquette, fromage brie, oignons confits, émincé de salami piquant, bacon, servis sur une rôtie

Le palais sucré 20,25
2 œufs pochés sur une tranche de pain doré, garnie de cheddar, roquette, oignons confits et émincé de jambon avec sirop d'érable



Tartine
Monsieur Tournesol

Les omelettes

Servies avec pommes de terre assaisonnées, fruits, rôties et café.



La potagère

légumes grillés, épinards et emmental

18,95



La champignons

champignons de Paris, portobellos, et cheddar

18,95



La confite

oignons confits, brie et bébés épinards

18,95

Jambonette Western

bouchées de jambon, champignons, poireaux, poivrons et cheddar

18,95



Coco-poire

bacon de noix de coco, tranches de poire, oignons rouges, fromage Cantonnier et ciboulette fraîche

19,75



La biquette

préparation de tomates séchées, fromage de chèvre, champignons de Paris, oignons et portobello

20,25

La 3 fromages

fromages cheddar, emmental, brie et émincé de bacon

20,75

L'océane



saumon fumé, oignons rouges, câpres et fromage à la crème

24,95

Omelette au blanc d'œuf

extra 1,75



Nos classiques

Servis avec pommes de terre assaisonnées, fruits, rôties et café.

Le classique

2 œufs

Choix d'accompagnements : saucisses (2), jambon, bacon (3), salami piquant, cheddar, emmental, fromage cottage, yogourt grec, fèves au lard, cretons, légumes grillés, avocat, tomates ou fruits.



1 accompagnement

13,50



2 accompagnements

15,50



3 accompagnements

17,50

Le classique bec sucré

2 œufs + 1 choix d'accompagnement + un choix sucré



Crêpette banane chocolat

17,50



Crêpette fruits frais

18,75



Pain doré tarte au fromage

18,95

(Sur muffin anglais, crème au fromage, chapelure Graham et garniture de cerise)

Les rouleaux du prince

18,75

2 rouleaux de jambon farcis de 3 œufs brouillés nappés de sauce Mornay

Le sans-compromis

20,25

2 œufs, bacon, saucisses, jambon, cretons, fèves au lard, crêpe ou pain doré

Le délice (servi sans rôties)



23,95

3 œufs brouillés à la crème et aux fines herbes sur bagel rôti, fromage à la crème et saumon fumé

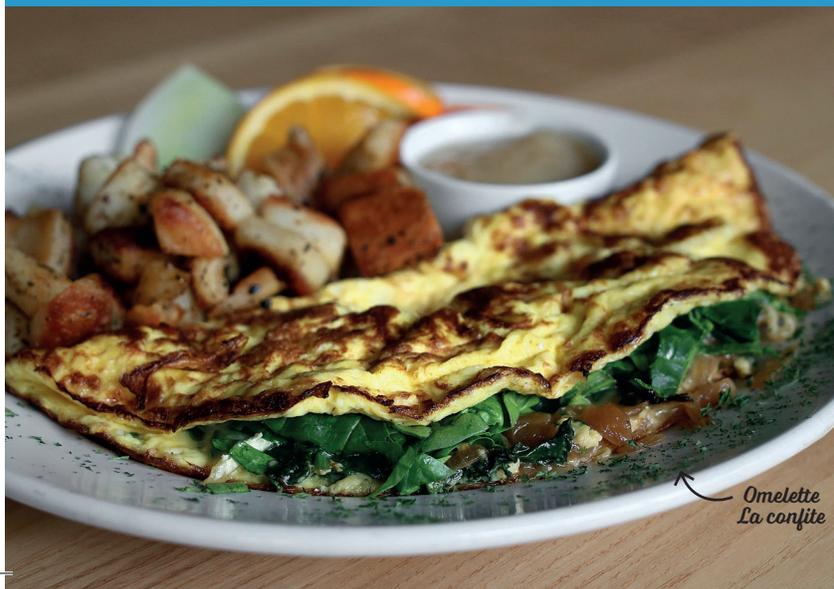
Brouillez vos œufs au fromage de chèvre

extra 3,95

Changez vos pommes de terre pour une poutine

extra 4,25

* Tout changement ou modification peut entraîner des frais.





Bénédictins
le carnivore

Délices bénédicins

2 œufs pochés sur muffins anglais servis avec pommes de terre assaisonnées, fruits et café. Choix de sauce hollandaise ou Mornay (béchamel au fromage emmental).



Notre sauce sans gluten, informez-vous!

Le traditionnel 18,25
jambon



Le florentin forestier 18,25
bébés épinards et champignons

Le campagnard 19,50
bacon et fromage cheddar



Le maraîcher 19,95
légumes grillés, épinards et emmental



Le Charlotte 19,95
fromage de chèvre et tomates confites

Le pêcheur 21,50
saumon fumé, oignons rouges et câpres

Le divin 22,25
canard effiloché, oignons confits, poire, cornichons et fromage Cantonnier

Remplacez votre muffin anglais pour un scone **extra 2,95**

Ajoutez jambon, bacon ou cheddar à l'intérieur de votre bénédicte **extra 3,25**

* Tout changement ou modification peut entraîner des frais.

Bénédictins autrement



2 œufs pochés sur **scone** cheddar/oignons verts. Servis avec pommes de terre assaisonnées, fruits et café. Choix de sauce hollandaise ou Mornay (béchamel au fromage emmental).

Le carnivore 24,25
émincé de bœuf, champignons et poivrons rouges sur emmental croustillant

La dinde folle 24,25
dinde fumée assaisonnée, oignons caramélisés et roquette sur fromage Cantonnier croustillant



Bénédictins
La dinde folle

Nos crêpes de sarrasin sont



Les crêpes farcies

Choix de crêpes régulières ou crêpes de sarrasin.
Servies avec petite salade verte, fruits et café.

Compote de pommes, saucisses et cheddar 16,25

Jambon, cheddar et champignons 16,75

Fromage brie, jambon et pesto 16,75

Bacon, oignons confits et cheddar 16,75

Fromage de chèvre, bébés épinards et jambon 17,50

Ajoutez du sirop d'érable **extra 2,75**

Ajoutez sauce hollandaise ou Mornay **extra 3,50**

Ajoutez des pommes de terre assaisonnées **extra 4,25**

** Attention, malgré tous les efforts déployés, nous ne pouvons garantir aucune contamination croisée. Par conséquent, nous ne pouvons être tenus responsables de tout préjudice subi à la suite de l'ingestion de l'un de nos plats.*

Les crêpes sucrées

Choix de crêpes régulières ou crêpes de sarrasin.
Servies avec fruits et café.

 **CRÊPES NATURE (4X)** 12,25

 **CRÊPES NATURE (4X)** 14,50
Servies avec sirop d'érable

 **CRÊPES BANANES CHOCOLAT** 14,75
Servies avec sauce chocolat maison

 **CRÊPES POMMES SAUTÉES AU SIROP D'ÉRABLE** 18,25
pommes sautées caramélisées au beurre et au sirop d'érable

 **CRÊPES AUX FRUITS DU MARCHÉ** 18,50
Servies avec crème anglaise **ou** sauce chocolat maison **ou** sirop d'érable

** Tout changement ou modification peut entraîner des frais.*



Crêpes aux fruits du marché



Crêpe fromage de chèvre, bébés épinards et jambon

Pain doré

Servis avec fruits et café.

 **PAIN DORÉ NATURE** 12,25

 **PAIN DORÉ NATURE** 14,50
Servi avec sirop d'érable

 **FRUITS FRAIS DU MARCHÉ** 18,50
Servi avec crème anglaise **ou** chocolat maison **ou** sirop d'érable

 **TARTE AU FROMAGE AUX CERISES** 18,95
3 muffins anglais en pain doré, chapelure au Graham et crème au fromage, agrémenté d'une préparation de cerises

 **BANANES CROQUANTES** 19,95
Servi avec bananes sautées caramélisées au beurre et au sirop d'érable avec granola (contient des noix et du gluten)

Les poutines

Choix de pommes de terre assaisonnées ou navets grillés (extra de 1,00 \$) garnis de fromage en grains, sauce hollandaise ou Mornay et d'un œuf poché.

Créez votre propre poutine

Choix de garnitures : oignons confits, salami épicé, champignons, légumes grillés, oignons sautés, saucisses, bacon ou jambonnette (jambon, poireaux et champignons) + choix de sauces (hollandaise ou Mornay)

1 garniture 17,25

2 garnitures 19,25



Poutine maraîcher 19,50

légumes sautés, épinards et champignons, sauce hollandaise

Poutine tournesol 20,25

bacon, salami piquant, oignons confits, sauce hollandaise, paprika et ciboulette fraîche

Poutine sans scrupules 20,95

salami piquant, saucisses, champignons, tomates confites, sauce hollandaise, ciboulette fraîche



Sandwich grillé divin

Sandwichs déjeuner

Servis avec pommes de terre assaisonnées, fruits et café.

Ajoutez du sirop d'érable **extra 2,75**

Les sucrés

Sandwich de pain doré 17,25
jambon, œuf et cheddar

 **Sandwich de pain doré** 17,25
pommes fraîches et brie

Sandwich de pain doré 19,25
bacon, saucisses, œuf et cheddar

Les salés

Bagel BLT deluxe 17,25
bacon, laitue, tomates, œuf, cheddar et mayo

Sandwich grillé trois fromages 19,25
brie, emmental, cheddar, oignons rouges grillés, salami piquant, épinards frais et mayo épicée

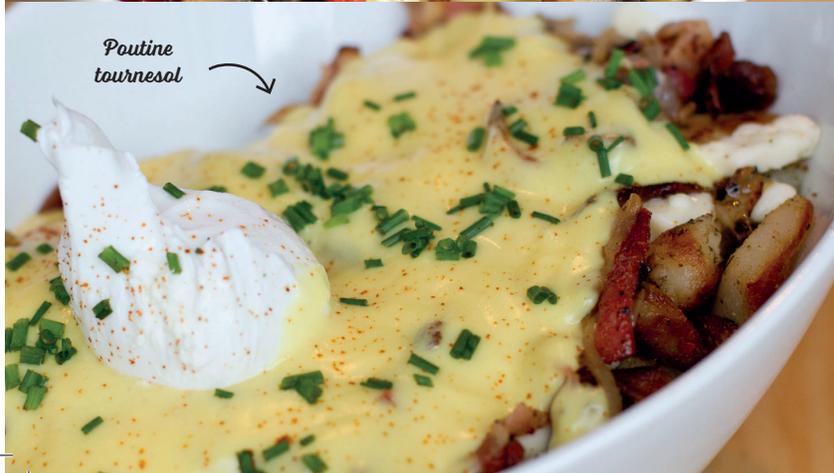
Bagel saumon fumé  21,75
saumon fumé, fromage à la crème, oignons rouges, câpres, roquette et tomates

Sandwich grillé divin  23,25
canard effiloché, oignons confits, poires grillées, cornichons, et fromage Cantonner

* Tout changement ou modification peut entraîner des frais.



Poutine sans scrupules



Poutine tournesol



L'heure du lunch

DU LUNDI AU VENDREDI À PARTIR DE 11 H

Salades-repas

Servies avec café.

 **Chèvre-chaud** 18,95
croûtons de fromage de chèvre chaud à l'érable

  **César « Dame Tartine »** 19,95
poulet et vinaigrette maison (sans sucre ajouté)

  **Salade au saumon fumé** 21,75
cheddar, oignons rouges et câpres

 **Salade de canard** 21,75
canard effiloché, oignons confits, avocat, cornichons et fromage Cantonnier

Sandwichs chauds

Servis avec salade, pommes de terre assaisonnées et café.

 **Ciabatta aux légumes** 18,95
légumes grillés, épinards et fromage de chèvre

Ciabatta à la dinde fumée 19,95
dinde fumée assaisonnée, Cantonnier, avocat, tomates, laitue et mayo épicée

Burger de bœuf émincé 19,95
émincé de bœuf, emmental, portobellos, champignons de Paris, oignons rouges, roquette, cornichons et mayo-Dijon

Ciabatta au poulet 19,95
poulet, tomates confites, champignons grillés, pesto et cheddar

Club sandwich style Dame Tartine 19,95
poulet, bacon, cheddar, tomates, laitue et mayo épicée

Burger au poulet 19,95
poulet, bacon, cheddar, oignons confits, roquette et mayo épicée

* Tout changement ou modification peut entraîner des frais.

Les p'tits plus

Œuf 1,75
Sirop d'érable (2 oz) 2,75
Fruits ou légumes 2,95
Crème anglaise (3 oz) 2,75
Sauce chocolat maison 3,25
Sauce Mornay ou hollandaise (3 oz) 3,50
Crêpe ou pain doré 3,95
Bacon, saucisses, jambon, cretons, salami piquant, végépâté, végécretons, fèves aux lard, yogourt grec, yogourt vanille, fromage à la crème, emmental, cheddar, fromage cottage 3,95

Pommes de terre assaisonnées 4,25
Saucisse végétane 4,25
Rôties régulières ou sans gluten, baguette, bagel, muffin anglais 4,50
Fromage de chèvre, brie ou Cantonnier 4,95
Scone 4,95
Ordre de rôties et café 5,95
Saumon fumé 9,00
Canard 9,00
Assiette de fruits frais 12,50
Portion dessert :
Crêpette banane et chocolat 5,25
Crêpette fruits frais 6,50
Pain doré tarte au fromage 6,75

La comptine de Dame Tartine

Il était une Dame Tartine
Dans un beau palais de beurre frais.
Les murailles étaient de praline,
Le parquet était de croquets,
Sa chambre à coucher
Sa chambre à coucher
Était d'échaudés,
Son lit de biscuit,
C'est fort bon la nuit.

Quand elle s'en allait à la ville,
Elle avait un petit bonnet,
Les rubans étaient de pastilles,
Le fond était de raisiné.
Sa petite carriole,
Était d'croquignoles.
Ses petits chevaux,
Étaient de pâtés chauds.

Elle épousa Monsieur Gimblette
Coiffé d'un beau fromage blanc.
Son chapeau était de galette,
Son habit était de vol-au-vent,
Culotte en nougat,
Gilet d'chocolat,
Bas de caramel
Et souliers de miel.

Leur fille, la belle Charlotte
Avait un nez de massépain,
De superbes dents de compote,
Des oreilles de craquelin.
Je la vois garnir
Sa robe de plaisirs
Avec un rouleau
De pâte d'abricot.

Le joli prince limonade
Bien frisé, vient lui faire sa cour.
Ses longs cheveux de marmelade
Ornés de pommes cuites au four,
Son royal bandeau
De petits gâteaux
Et de raisins secs
Portait au respect.

On frémit en voyant sa garde
De câpres et de cornichons
Armée de fusils de moutarde
Et de sabres en pelures d'oignon.
Sur de belles brioches
Charlotte vient s'asseoir,
Les bonbons d'ses poches
Sortent jusqu'au soir.

Sur un grand trône de brioches
De câpres et de cornichons,
Armés de fusils de moutarde
Et de sabres en pelure d'oignon.
Pralines et fondants
S'avancent en rang
Et les p'tits fours
Battent du tambour.

Mais hélas! La fée Carabosse,
Jalouse et de mauvaise humeur,
Renversa d'un coup de sa bosse
Le palais sucré du bonheur.
Pour le rebâtir,
Donnez à loisir,
Donnez, bons parents,
Du sucre aux enfants.



*Saviez-vous que Dame Tartine
est une charmante
franchise québécoise ?*

Nous offrons des déjeuners et dîners, préparés
à base de produits de qualité, axés sur la santé.

Si l'entrepreneuriat vous appelle et que vous
êtes du type dynamique, consultez notre site
internet pour de plus amples informations :
www.dametartine.ca