

Menu

Haru Sushi

1478 Avenue Van Horne, Montreal, QC H2V 1L2 | (514) 272-8880

Achetez 1, recevez 1 gratuitement

Poke Saumon (2 pour/for 1)

24,95 \$

Servis avec avocat, concombre, tempura, laitue, choux râpé, poivron rouge, wakame, sésame, mayo épicé, sauce teriyaki. / Served with avocado, cucumber, tempura, lettuce, shredded cabbage, red pepper, wakame, sesame, spicy mayo, teriyaki sauce.

Poke: Crevettes frites (2 pour/for 1)

23,95 \$

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Dragon Eyes (2 pour/for 1)

12,75 \$

Poke Poulet grillé (2 pour 1)

22,95 \$

Servis avec avocat, concombre, tempura, laitue, choux râpé, poivron rouge, wakame, sésame, mayo épicé, sauce teriyaki. / Served with avocado, cucumber, tempura, lettuce, shredded cabbage, red pepper, wakame, sesame, spicy mayo, teriyaki sauce.

Poke Pork BBQ (2 pour 1)

22,95 \$

Servis avec avocat, concombre, tempura, laitue, choux râpé, poivron rouge, wakame, sésame, mayo épicé, sauce teriyaki. / Served with avocado, cucumber, tempura, lettuce, shredded cabbage, red pepper, wakame, sesame, spicy mayo, teriyaki sauce.

Sandwich: Poulet Général Tao (2 pour/for 1)

18,95 \$

Servi avec laitue, choux râpés, sésame, mayonnaise épicée et sauce teriyaki / Served with lettuce, sesame, shredded cabbage, spicy mayo and teriyaki sauce.

Poke: Poulet Général Tao (2 pour/for 1)

23,95 \$

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Menu Haru Sushi

Poke Goberge & Tempura (2 pour 1)

22,95 \$

Servis avec avocat, concombre, tempura, laitue, choux râpé, poivron rouge, wakame, sésame, mayo épicé, sauce teriyaki. / Served with avocado, cucumber, tempura, lettuce, shredded cabbage, red pepper, wakame, sesame, spicy mayo, teriyaki sauce.

Boisson

Coke

2,25 \$

Eau/Water (500 mL)

1,75 \$

Entrees

Rouleaux impériaux (2)

4,75 \$

Crevettes frites (3)

4,95 \$

Banh Mi & Sandwich

A1. Banh Mi Original

9,00 \$

Jambon vietnamien. Servi avec paté & mayo maison, carottes marinées, concombre et coriandre / Vietnamese ham. Served with homemade pate & mayo, pickled carrots, cumcumber and cilantro.

A2. Banh Mi Poulet Grille

9,00 \$

A3. Banh Mi Boeuf sauté

10,50 \$

Menu Haru Sushi

A4. Banh Mi Boulettes de viande **9,00 \$**

A7. Banh Mi Pork BBQ **9,00 \$**

A9. Banh Mi Nem grillé **9,00 \$**

Poke Bowl

Poke: Saumon / Salmon **14,50 \$**

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Poke: Thon / Tuna **16,95 \$**

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Poke: Crevettes frites / Fried Shrimp **14,50 \$**

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Poke: Poulet frit / Fried chicken **14,50 \$**

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Poke: Poulet grillé / Grilled chicken **13,50 \$**

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Menu Haru Sushi

Poke: Végétarien / Vegetarian

14,50 \$

Tofu sauté, servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Sauteed tofu, served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Poke: Porc BBQ / BBQ Pork

14,00 \$

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Poke: Boulettes de viandes

14,00 \$

Poke Goberge & Tempura

14,00 \$

Poke Boeuf sauté

15,50 \$

Sushi Combo

Sushi combo: 12 mcx/pcs

13,99 \$

6 hosomakis + 6 futomakis au choix du chef/ chef's choice

Sushi combo: 14 mcx/pcs

15,99 \$

2 nigiris + 6 hosomakis + 6 mcx de futomakis au choix de chef/chef's choice.

Sushi combo: 20 mcx/pcs

19,99 \$

4 nigiris + 6 hosomakis + 10 mcx de futomakis au choix de chef/chef's choice.

Menu Haru Sushi

Sushi combo: 28 mcx/pcs

29,99 \$

6 nigiris + 8 hosomakis + 4 makis + 10 futomakis au choix du chef/chef's choice.

Combo 16 Mcx

17,99 \$

2 nigiris + 6 hosomakis + 8 futomakis au choix de chef / chef's choice.

Combo 36 Mcx

37,99 \$

8 nigiris + 8 hosomakis + 4 makis + 16 futomakis au choix du chef/chef's choice.

Combo 54 Mcx

57,99 \$

12 nigiris + 8 hosomakis + 4 makis + 30 futomakis au choix du chef/chef's choice.

Combo 76 Mcx

80,99 \$

11 nigiris + 16 mcx de hosomakis + 24 makis + 25 futomakis au choix du chef/chef's choice.

Combo 88 Mcx

91,99 \$

16 nigiris + 16 hosomakis + 16 makis + 40 futomakis au choix du chef/chef's choice.

Combo 100 Mcx

103,99 \$

18 nigiris + 8 hosomakis + 24 makis + 50 futomakis au choix du chef/chef's choice.

Nigiri & Sashimi

#1. Maguro (2 mcx/pcs)

5,99 \$

Thon / Tuna

Menu Haru Sushi

#2. Syake (2 mcx/pcs)

Saumon / Salmon

5,50 \$

5. Unagi (2 mcx/pcs)

Anguille japonais / Japanese eel

5,50 \$

6. Ebi (2 mcx/pcs)

Crevette / Shrimp

5,50 \$

8. Kani - Kama (2 mcx/pcs)

Goberge / Pollock

5,50 \$

#10. Spicy Maguro (2 mcx/pcs)

Mélange de thon / Tuna mix

6,50 \$

#11. Spicy Syake (2 mcx/pcs)

Mélange de saumon / Salmon mix

5,99 \$

#13. Spicy Hotate (2 mcx/pcs)

Mélange de pétoncle / Scallop mix

6,50 \$

#14. Tamago (2 mcx/pcs)

Omelette japonaise / Japanese omelet

4,90 \$

7. Hotate (2 mcx/pcs)

Pétoncle / Scallop

5,99 \$

Menu Haru Sushi

9. Tobiko **5,99 \$**

#12. Spicy Kani **6,50 \$**

Futomakis

#21. Philadelphia (Futomakis) **7,99 \$**

Saumon fumé, fromage à la crème, goberge, avocat, et concombre. / Smoked salmon, cream cheese, pollock, avocado, and cucumber. (5 mcx/pcs)

#25A. Kamikaze (Futomakis) **7,99 \$**

Saumon épice, tempura, avocat, concombre, et caviar. / 5 Pcs. Salmon spice, tempura, avocado, cucumber, and caviar.

#26. Thon Epicee (Futomakis) **8,50 \$**

Thon épice, tempura, avocat, et caviar. / Tuna spice, tempura, avocado, and caviar. (5 mcx/pcs)

#27. Saumon Epicee (Futomakis) **7,99 \$**

Saumon épicé, tempura, avocat, et caviar. / Spicy salmon, tempura, avocado, and caviar. (5 mcx/pcs)

#19. California (Futomakis) **6,25 \$**

Omelette, goberge, avocat, concombre, tobiko et mayo épicée. / Omelet, pollock, avocado, cucumber, tobiko and spicy mayo. (5 mcx/pcs)

#22. Futomaki **8,95 \$**

Crevette tempura, anguille, caviar, concombre, cornichon japonais, omelette, et sauce teriyaki. / Tempura shrimp, eel, caviar, cucumber, Japanese pickle, omelette, and teriyaki sauce. (5 mcx/pcs)

Menu Haru Sushi

#23. Rainbow (Futomakis)

9,50 \$

Saumon, thon, à l'extérieur, goberge, caviar, omelette, et concombre à intérieur. / Salmon, tuna, outside, pollock, caviar, omelette, and indoor cucumber. (5 mcx/pcs)

#24. Boston (Futomakis)

6,99 \$

Crevette, goberge, caviar, concombre, laitue, et mayonnais. / Shrimp, pollock, caviar, cucumber, lettuce, and mayonnaise. (5 mcx/pcs)

#25B Kamikaze Deluxe (Futomakis)

8,99 \$

Saumon épice, tempura, crevette panée, goberge, avocat, et concombre. / Salmon spice, tempura, breaded shrimp, pollock, avocado, and cucumber. (5 mcx/pcs)

#25D. Kamikaze Anguille (Futomakis)

7,99 \$

Anguille, goberge, mayo épicée, tempura, avocat, concombre, caviar / Eel, pollock, spicy mayo, tempura, avocado, cucumber, caviar (5 mcx/pcs)

#29. Hawaien (Futomakis)

6,99 \$

Crevette tempura, ananas, avocat, et concombre. / Tempura shrimp, avocado, and cucumber. (5 mcx/pcs)

#31A. Honey (Futomakis)

6,99 \$

Crevette tempura, avocat, patate douce / Shrimp tempura, avocado, sweet potato. (5 mcx/pcs)

#31B. Westmount (Futomakis)

8,99 \$

Thon, crevette tempura, avocat, et concombre. / Tuna, shrimp tempura, avocado, and cucumber. (5 mcx/pcs)

#31C. New York (Futomakis)

8,99 \$

Thon, saumon, mayo épicée, avocat, concombre, et caviar. / Tuna, salmon, spicy mayo, avocado, cucumber, and caviar. (5 mcx/pcs)

#31D. Rouleaux De Chef (Futomakis)

9,50 \$

Crevettes, goberge, thon, avocat, concombre / Shrimp, pollock, tuna, avocado, cucumber (5 mcx/pcs)

Menu Haru Sushi

#31E. Ebi Deluxe (Futomakis)

8,99 \$

Crevettes, caviar, tempura, avocat, concombre, mayo épicée / Shrimp, caviar, tempura, avocado, cucumber, spicy mayo. Ext: Saumon / Salmon (5 mcx/pcs)

Hosomakis

#32. Kappa (Hosomakis)

4,25 \$

Concombre / Cucumber (6 mcx/pcs)

#33. Avocado (Hosomakis)

4,75 \$

Avocat / Avocado (6 mcx/pcs)

#34. Tofu (Hosomakis)

4,99 \$

(6 mcx/pcs)

#35. Quebec (Hosomakis)

5,99 \$

Fromage à la crème, avocat / Creme cheese, avocado (6 mcx/pcs)

#36. Oshinko (Hosomakis)

4,25 \$

Radis japonais / Japanese radish (6 mcx/pcs)

#37. Mangue (6 mcx/pcs)

4,75 \$

Mangue / Mango

#38. Tekka (Hosomakis)

6,25 \$

Thon / Tuna (6 mcx/pcs)

Menu Haru Sushi

#39. Spicy Tekka (Hosomakis)

6,25 \$

Thon épicé / Spicy tuna (6 mcx/pcs)

#40. Syake (Hosomakis)

5,99 \$

Saumon / Salmon (6 mcx/pcs)

#41. Spicy Sake (Hosomakis)

5,99 \$

#43. Kani-Kama (Hosomakis)

5,25 \$

Goberge / Pollock (6 mcx/pcs)

#45. Una-Kuy (Hosomakis)

5,99 \$

Concombre, anguille / Cucumber, eel (6 mcx/pcs)

Moyens Rouleaux

#47. Montreal (Makis)

8,99 \$

Saumon fumé, avocat, sésame, et fromage à la crème. / Smoked salmon, avocado, sesame, and cream cheese. (8 mcx/pcs)

#52. Sunset (Makis)

8,99 \$

Saumon fumé, omelette, goberge, avocat, caviar, et sauce chef. / Smoked salmon, omelette, pollock, avocado, caviar, and chef sauce. (8 mcx/pcs)

#54. Cali L.A (Makis)

7,99 \$

Goberge, avocat, salade, et mayonnaise légère. / Pollock, avocado, salad, and light mayonnaise. (8 mcx/pcs)

Menu Haru Sushi

#55. Deux Saumon (Makis)

9,99 \$

Saumon, avocat, et tempura épicé. / Salmon, avocado, and spicy tempura. Ext: Saumon fumé / Smoked salmon (8 mcx/pcs)

#46. Ebi Maka (Makis)

8,50 \$

Crevettes, caviar, tempura, avocat, concombre, et sésame sauce épicé. / Shrimp, caviar, tempura, avocado, cucumber, and sesame spicy sauce. (8 mcx/pcs)

#48. Suicide (Makis)

8,99 \$

Thon, sauce épicé, avocat, masago échalote, sésame, et tempura. / Tuna, spicy sauce, avocado, shallot masago, sesame, and tempura. (8 mcx/pcs)

#49. Arc-En-Ciel (Makis)

9,99 \$

Saumon épicé, tempura / Salmon spicy, tempura. Ext: Thon, saumon, avocat / Tuna, salmon, avocado. (8 mcx/pcs)

#50. Anguille (Makis)

8,99 \$

Anguille grillée, concombre, tempura / Grilled eel, cucumber, tempura. Ext: Avocat / Avocado (8 mcx/pcs)

#51. Avosake (Makis)

7,99 \$

Avocat et saumon. / Avocado and salmon. (8 mcx/pcs)

#56. Tropical (Makis)

8,99 \$

60. Poulet Katsu

8,50 \$

Poitrine de poulet panée et laitue. / Breaded chicken breast and lettuce. (8 mcx/pcs)

56. Planete

8,99 \$

Crevettes frites et avocat. / Fried shrimp and avocado. (8 mcx/pcs)

Spécialités végétariennes / Vegetarian specialty

#70. Vege Exotique (Spec Végé) 5,95 \$

Poivron rouge, radis mariné, laitue, tempura, carotte, avocat, et concombre. / Red pepper, marinated radish, lettuce, tempura, carrot, avocado, and cucumber. (5 mcx/pcs)

#71. Vege - Patate (Spec Végé) 5,95 \$

Poivron rouge, radis mariné, laitue, kampyo, tempura, carotte, avocat, et concombre. / Red pepper, marinated radish, lettuce, kampyo, tempura, carrot, avocado, and cucumber. (5 mcx/pcs)

#72. Vege - Phila (Spec Végé) 5,95 \$

Fromage à la crème, avocat, poivron rouge, laitue, et tempura. / Cream cheese, avocado, red pepper, lettuce, and tempura. (5 mcx/pcs)

#73. Printemp Vege (Spec Végé) 6,95 \$

Feuille de riz, omelette, laitue, carotte, avocat, poivron rouge, concombre, et sésame. / Rice leaf, omelette, lettuce, carrot, avocado, red pepper, cucumber, and sesame. (2 mcx/pcs)

Specialites Feuille De Riz

#76. Delice Marin (Spec Riz) 10,99 \$

#77. C'Est Clair (Spec Riz) 9,99 \$

#78. Newton (Spec Riz) 9,50 \$

#79. Omega (Spec Riz) 8,99 \$

Menu Haru Sushi

#80. Maya (Spec Riz)

8,99 \$

#81. 4 Saisons (Spec Riz)

11,99 \$

#82. Minceur (Spec Riz)

12,99 \$

Makis Printemps

#66. Crevettes (Printemps)

7,50 \$

Crevette, goberge, riz, laitue, carotte, échalote, et sésame. / Shrimp, pollock, rice, lettuce, carrot, shallot, and sesame. (2 mcx/pcs)

#68. Salmon (Printemps)

7,99 \$

Saumon, goberge, riz, laitue, omelette, concombre, et poivron. / Salmon, pollock, rice, lettuce, omelette, cucumber, and pepper. (2 mcx/pcs)

#67. Thon (Printemps)

7,99 \$

Thon, goberge, riz, laitue, omelette, et concombre. / Tuna, pollock, rice, lettuce, omelette, and cucumber. (2 mcx/pcs)

#69. Poulet (Printemps)

7,50 \$

Poulet tempura, riz, laitue, concombre, et carotte. / Tempura chicken, rice, lettuce, cucumber, and carrot. (2 mcx/pcs)

Special Dinner

Dinner Pour 2

29,95 \$

Menu Haru Sushi

Dinner Pour 3

43,99 \$

Dinner Pour 4

59,95 \$

Soupes & Salades

#58. Soup Miso Vege

4,50 \$

#59. Soup Miso Crevette

6,50 \$

#60. Soup Miso Gobberge

5,99 \$

Offers 2 for 1

Poke Pork BBQ (2 pour 1)

22,95 \$

Servis avec avocat, concombre, tempura, laitue, choux râpé, poivron rouge, wakame, sésame, mayo épicé, sauce teriyaki. / Served with avocado, cucumber, tempura, lettuce, shredded cabbage, red pepper, wakame, sesame, spicy mayo, teriyaki sauce.

Poke Poulet grillé (2 pour 1)

22,95 \$

Servis avec avocat, concombre, tempura, laitue, choux râpé, poivron rouge, wakame, sésame, mayo épicé, sauce teriyaki. / Served with avocado, cucumber, tempura, lettuce, shredded cabbage, red pepper, wakame, sesame, spicy mayo, teriyaki sauce.

Poke Saumon (2 pour/for 1)

24,95 \$

Servis avec avocat, concombre, tempura, laitue, choux râpé, poivron rouge, wakame, sésame, mayo épicé, sauce teriyaki. / Served with avocado, cucumber, tempura, lettuce, shredded cabbage, red pepper, wakame, sesame, spicy mayo, teriyaki sauce.

Menu Haru Sushi

Dragon Eyes (2 pour/for 1)

12,75 \$

Sandwich: Poulet Général Tao (2 pour/for 1)

18,95 \$

Servi avec laitue, choux râpés, sésame, mayonnaise épicée et sauce teriyaki / Served with lettuce, sesame, shredded cabbage, spicy mayo and teriyaki sauce.

Poke: Crevettes frites (2 pour/for 1)

23,95 \$

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce

Poke Goberge & Tempura (2 pour 1)

22,95 \$

Servis avec avocat, concombre, tempura, laitue, choux râpé, poivron rouge, wakame, sésame, mayo épicé, sauce teriyaki. / Served with avocado, cucumber, tempura, lettuce, shredded cabbage, red pepper, wakame, sesame, spicy mayo, teriyaki sauce.

Poke: Poulet Général Tao (2 pour/for 1)

23,95 \$

Servi avec riz, tempura, laitue, concombre, carotte, choux râpés, edamame, wakame, poivron, avocat, sésame, sauce mayo épicée et teriyaki / Served with rice, tempura, cucumber, carrot, shredded cabbage, edamame, wakame, bell pepper, avocado, sesame, spicy mayo and teriyaki sauce
