

Ben
& Florentine®
Surprenez-vous!

Brewages & Smoothies

Disponibles en version décaféinée dans les restaurants participants

CAPPUCCINO : TASSE 4⁴⁵ / BOL 5⁷⁵

ESPRESSO : SIMPLE 3⁴⁵ / DOUBLE 4⁴⁵

MOCACCINO : TASSE 4⁴⁵ / BOL 5⁷⁵

CAFÉ AU LAIT : TASSE 4⁴⁵ / BOL 5⁷⁵

CAFÉ GLACÉ 4⁴⁵

CHOCOLAT CHAUD DE LUXE 3⁷⁵

CHOCOLAT CHAUD « S'MORES » 4²⁵

Guimauves, crème fouettée, chocolat aux noisettes et cannelle. Servi avec biscuits gaufrés

LATTÉ MATCHA & COCO *Nouveau* 6²⁵

LAIT VÉGÉTAL
Disponible dans les restaurants participants
Remplacez votre lait régulier par du lait d'amande ou du lait d'avoine.

JUS

JUS D'ORANGE FRAÎCHEMENT PRESSÉ 7⁴⁵

MÉLANGE DE JUS À L'ORANGE 4⁷⁵

JUS DE POMME, FRAISE ET FRAMBOISE HERITAGE 77 *Nouveau* 4⁷⁵

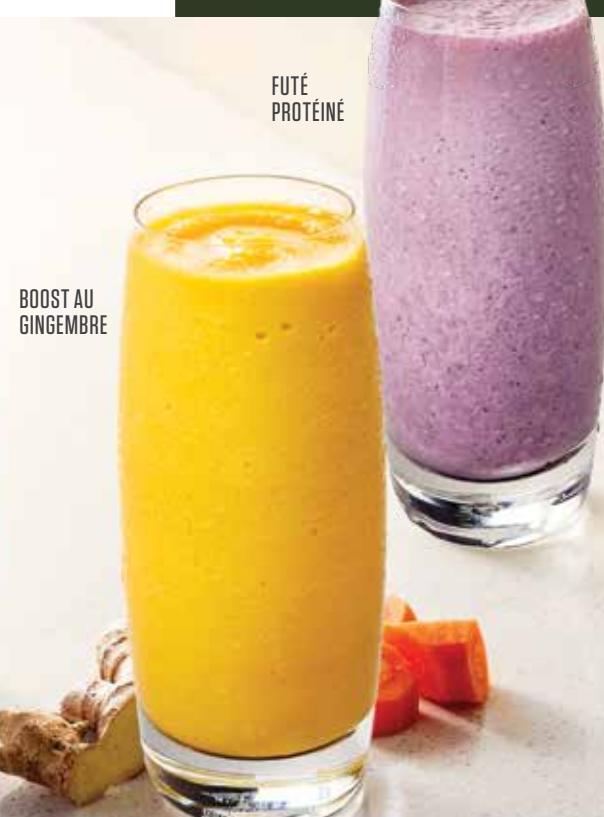
AJOUTEZ UN EXTRA PROTÉINE ISO
2⁷⁵

Le ube est un légume racine de couleur mauve, originaire des Philippines. Légèrement sucré, il est riche en fibres, potassium, vitamine C et antioxydants.

UBE COCO



BOOST AU GINGEMBRE



FUTÉ PROTÉINÉ



AÇAÏ & CIE



Nouveau

UBE COCO

Ube, cannelle, vanille, lait de coco et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

Smoothie à base de fruits lyophilisés, rempli de vitamines et d'antioxydants (à l'exception du smoothie matcha & coco) procurant un boost d'énergie

FORCE DU DRAGON 7²⁵

Mélange de fruits du dragon, ananas & framboises, lait d'avoine et jus de canneberge

Nouveau

BOOST

AU GINGEMBRE

Pêches & carottes, gingembre, jus de pomme et lait d'avoine

MATCHA & COCO 7²⁵

Matcha et lait de coco

Nouveau

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

Smoothie à base de fruits lyophilisés, rempli de vitamines et d'antioxydants (à l'exception du smoothie matcha & coco) procurant un boost d'énergie

FORCE DU DRAGON 7²⁵

Mélange de fruits du dragon, ananas & framboises, lait d'avoine et jus de canneberge

Nouveau

BOOST

AU GINGEMBRE

Pêches & carottes, gingembre, jus de pomme et lait d'avoine

MATCHA & COCO 7²⁵

Matcha et lait de coco

Nouveau

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

Nouveau

UBE COCO

Ube, cannelle, vanille, lait de coco et lait d'avoine

Nouveau

UBE COCO

Ube, cannelle, vanille, lait de coco et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

FUTÉ PROTÉINÉ 8⁹⁵

Bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO et lait d'avoine

AÇAÏ & CIE

Mélange d'açaïs, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine

Eufs bénédictine

Servis avec muffin anglais et 2 oeufs pochés, nos fameuses pommes de terre et des fruits frais. Café ou thé en feuilles inclus.

BACON & POMMES CARAMÉLISÉES

19⁷⁵

Bacon, pommes caramélisées et mélange de Monterey Jack & cheddar. Servis avec une sauce hollandaise

JAMBON EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE

20⁴⁵

Jambon effiloché à l'ancienne, mélange de poivrons et fromage suisse. Servis avec une sauce hollandaise

« L'AVOCADO »

19⁵⁵

Bacon et avocat. Servis avec une sauce hollandaise

BAGEL

Remplacez votre muffin anglais par un bagel : 0⁶⁰

SAUCISSE DE POULET B&F

20⁷⁵

Saucisses de poulet & parmesan exclusive B&F, épinards, champignons portobellos et fromage suisse. Servis avec une sauce hollandaise au pesto sans noix

TRADITIONNEL

18⁴⁵

Choix de bacon ou jambon. Servis avec une sauce hollandaise

+ Ajoutez du fromage suisse : 2⁷⁵

« LOX »

20⁹⁵

Saumon fumé, oignons caramélisés, ciboulette et fromage à la crème. Servis avec une sauce hollandaise



CROISSANT

Remplacez votre muffin anglais par un croissant gaufré : 1⁴⁵

CHOIX VÉGÉ

Remplacez votre viande par de l'Impossible Meat^{MC} : 3⁴⁵



BÉNÉDICTINE SAUCISSE DE POULET B&F



BÉNÉDICTINE BACON & GOURMANDISE



Nouveau
BÉNÉ AVOCAT ET CRÊPE
BANANES & CHOCO

Le meilleur des 2 mondes !

Bénés & Sucrés

Servis avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais. Café ou thé en feuilles inclus.

FLORENTINE & PAIN DORÉ CROUSTILLANT AUX POMMES

18⁹⁵

Oeuf poché, muffin anglais, mélange de Monterey Jack & cheddar et sauce hollandaise aux épinards, accompagné d'un pain doré croustillant aux pommes caramélisées, amandes et caramel

BACON & GOURMANDISE

19²⁵

Oeuf poché, muffin anglais, bacon et sauce hollandaise, accompagné d'une demi-gaufre aux amandes, pépites de chocolat, chocolat aux noisettes et chocolat blanc

Nouveau AVOCAT ET CRÊPE BANANES & CHOCO

19⁴⁵

Oeuf poché, muffin anglais, bacon, avocat et sauce hollandaise, accompagné d'une crêpe aux bananes et chocolat aux noisettes

CRÊPES, PANCAKES & gaufres pains dorés

Café ou thé en feuilles inclus.

Poêlées “(à l'ancienne)”

Servies avec un œuf à votre goût, nos fameuses pommes de terre et une rôtie. Café ou thé en feuilles inclus.

ÉVITONS DE GASPILLER!

Nos poêlées sont généreuses. Pour ajouter une rôtie supplémentaire, faites-en la demande à votre serveur.e

À L'ÉRABLE 19⁹⁵

Bacon, mélange de poivrons, oignons rouges, mélange de Monterey Jack & cheddar et sauce hollandaise au sirop d'érable pur

BACON & AVOCAT 19²⁵

Bacon, avocat, tomates, mélange de poivrons, oignons rouges et mélange de Monterey Jack & cheddar

+ Ajoutez de la sauce hollandaise : 1⁷⁵

JAMBON EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE & FROMAGE EN GRAINS 20⁴⁵

Jambon effiloché à l'ancienne, mélange de poivrons, oignons rouges, fromage en grains et sauce hollandaise au sirop d'érable pur

PERSONNALISEZ VOTRE PLAT



SAUCE

Ajoutez de la sauce :
- hollandaise : 1⁷⁵
- hollandaise au sirop d'érable pur : 3²⁵
- hollandaise au pesto sans noix : 1⁹⁵



ŒUF

Ajoutez un deuxième œuf à votre poêlée : 1⁴⁵



SAUCISSE

Ajouter de la saucisse de poulet B&F : 5⁹⁵



OPTION VÉGÉ

Remplacez votre viande par de l'Impossible Meat^{MC} : 3⁴⁵



POËLÉE TROIS VIANDES



POËLÉE SAUCISSE DE POULET B&F



PAIN DORÉ
CROUSTILLANT
MASCARPONE &
COMPOTE MAISON



PAIN DORÉ CROUSTILLANT & POMMES CARAMEL 17⁷⁵

Pains dorés croustillants, pommes caramélisées, amandes, caramel et yogourt à la vanille

+ Ajoutez un mélange de fromage Monterey Jack & cheddar : 3⁷⁵

Nouveau PAIN DORÉ CROUSTILLANT MASCARPONE & COMPOTE MAISON 19⁴⁵

Pains dorés croustillants, mascarpone, granola, et compote de petits fruits maison

GAUFRÉ FRUITS FRAIS & CRÈME ANGLaise 17⁷⁵

Gaufre garnie de fruits frais avec crème anglaise. Remplacez votre gaufre par des crêpes, pains dorés ou pancakes



FARINE DE SARRASIN

Toutes nos crêpes peuvent être préparées avec de la farine de sarrasin



PAIN DORÉ CROUSTILLANT

Obtenez une version croustillante de votre pain doré : 1⁰⁰



PAIN SANS GLUTEN

Remplacez votre pain doré par du pain sans gluten (2) : 2⁰⁰



SIROP D'ÉRABLE PUR

Ajoutez du sirop d'érable pur à vos plats : 2⁴⁵



Les choix de Florentine

Café ou thé en feuilles inclus.

GRUAU À L'ANCIENNE 10⁹⁵

Choix de fraises et bananes ou pommes caramélisées et amandes. Servi avec cassonade, crème et rôties

GRUAU PROTÉINÉ!

Ajoutez un extra protéine ISO : 2⁷⁵

DÉLICE SANTÉ 17⁴⁵

2 œufs pochés, fruits frais, pain 12 grains et choix de yogourt à la vanille ou de fromage cottage, mascarpone, suisse ou cheddar

DUO SUPERALIMENTS 18⁹⁵

Bol de smoothie avec protéine ISO : choix entre le smoothie matcha & coco ou le smoothie ube coco, garni de bleuets, bananes, graines de chia, graines de citrouille et granola. Servi avec 2 œufs pochés, épinards et guacamole sur pain 12 grains

DUO FLO & AMANDINE 18⁷⁵

Bol de yogourt à la vanille, compote de petits fruits maison et granola.

Servi avec tartine au beurre d'amande, bananes, granola, miel et graines de chia sur pain 12 grains

BAGEL SAUMON FUMÉ 20⁹⁵

Saumon fumé, oignons rouges, câpres, tomates et fromage à la crème. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

WRAP SANTÉ 17⁹⁵

Œufs brouillés, avocat, oignons rouges, laitue, tomates et mélange de Monterey Jack & cheddar sur tortilla de blé entier. Servi avec des fruits frais et du yogourt à la vanille



BAGEL
SAUMON FUMÉ

Nouveau
DUO SUPERALIMENTS

TARTINES

Café ou thé en feuilles inclus.

Nouveau

MASCARPONE & COMPOTE MAISON 19⁴⁵

Mascarpone, compote de petits fruits maison, granola, miel et menthe sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût et des fruits frais

Nouveau

MASCARPONE & FRAISES 19⁴⁵

Mascarpone, fraises, granola, miel et menthe sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût et des fruits frais

Nouveau

BEURRE D'AMANDE & BANANES 19⁴⁵

Beurre d'amande, bananes, granola, miel et graines de chia sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût et des fruits frais

« AVOCADO LOX » 20⁹⁵

Guacamole, saumon fumé, câpres et oignons rouges sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût, nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

AVOCAT, BACON & CHÈVRE 18⁹⁵

Guacamole, bacon et fromage de chèvre sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût, nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

Nouveau

AVOCAT & SAUCISSE DE POULET B&F 20⁴⁵

Guacamole, saucisses de poulet & parmesan exclusive B&F, mélange de poivrons, champignons portobellos, oignons rouges et épinards sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût, nos fameuses pommes de terre et des fruits frais



WRAP SAUCISSE
POULET B&F



OMELETTE JAMBON
EFFILOCHÉ À
L'ANCIENNE & FROMAGE
EN GRAINS



SANDWICHS

Café ou thé en feuilles inclus.

OPTION MIDI Dès 11 h, remplacez vos pommes de terres par des frites assaisonnées & sauce chipotle

CLUB SANDWICH AU POULET 19²⁵
Poulet grillé, bacon, avocat, laitue et tomates. Servi avec nos fameuses pommes de terre

« CHEESEBURGER » DE LUXE 19⁴⁵
Boeuf, bacon, laitue, tomates, oignons rouges, cornichons et fromage ruban jaune garni d'un oeuf à votre goût. Servi avec nos fameuses pommes de terre

WRAP POULET & AVOCAT 17⁹⁵
Poulet grillé, avocat, mélange de poivrons, oignons caramélisés, laitue et mélange de Monterey Jack & cheddar sur tortilla de blé entier. Servi avec nos fameuses pommes de terre

Nouveau
**CROISSANDWICH
JAMBON EFFILOCHÉ
À L'ANCIENNE** 19⁷⁵
Croissant gaufré, jambon effiloché à l'ancienne et sauce hollandaise à l'érable garni d'un oeuf à votre goût.

Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais
+ Ajoutez du fromage suisse : 3⁷⁵

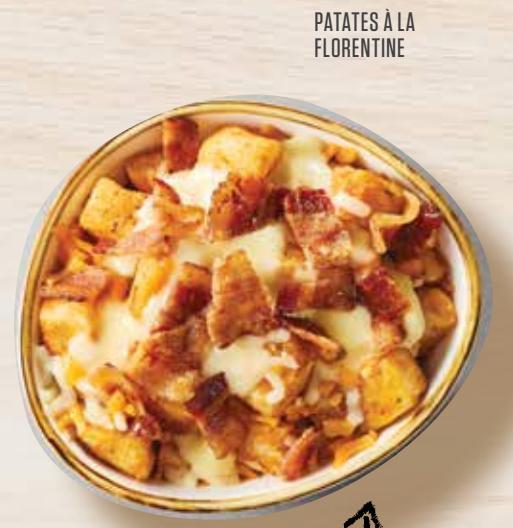
Nouveau
**CROISSANDWICH
GUACAMOLE & BACON** 18⁹⁵
Croissant gaufré, bacon, guacamole et mélange de poivrons garni d'un oeuf à votre goût. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais



Nouveau
CROISSANDWICH JAMBON
EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE

CLUB DÉJEUNER 17⁷⁵
Oeufs croustillants, bacon, fromage ruban jaune, laitue et tomates. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

**WRAP SAUCISSE
POULET B&F** 19⁷⁵
Saucisses de poulet & parmesan exclusives B&F, épinards, mélange de poivrons, oignons rouges, champignons portobellos, mayo au pesto sans noix et mélange de Monterey Jack & cheddar sur tortilla de blé entier. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais



PATATES À LA
FLORENTINE

EXTRA...

BACON, SAUCISSES OU JAMBON 3⁹⁵
**SAUCISSE DE POULET ET PARMESAN
B&F OU IMPOSSIBLE MEAT^{MC}** 5⁹⁵

BEIGNETS B&F (10) 5⁷⁵
BOL DE FRUITS FRAIS 5⁹⁵
FAMEUSES POMMES DE TERRE 3⁹⁵

PATATES À LA FLORENTINE 5⁹⁵
CRETONS 2²⁵
SIROP D'ÉRABLE PUR 2⁴⁵
FÈVES AU FOUR 2⁹⁵

OMELETTES à 3 œufs

FROMAGE DE CHÈVRE 17⁷⁵

Épinards, champignons portobellos et fromage de chèvre

VÉGÉTARIENNE 17⁷⁵

Champignons portobellos, oignons rouges, tomates, olives Kalamata, mélange de poivrons et mélange de Monterey Jack & cheddar

+ Ajoutez de l'Impossible Meat^{MC} : 5⁹⁵

« WESTERN » 17²⁵

Jambon, mélange de poivrons et oignons caramélisés

+ Ajoutez du fromage suisse : 3⁷⁵

**JAMBON EFFILOCHÉ
À L'ANCIENNE
& FROMAGE EN GRAINS**

19⁷⁵

Jambon effiloché à l'ancienne, mélange de poivrons, épinards et fromage en grains

LES œufs classiques

Tous nos classiques, à l'exception de la poutine Ben & Florentine, sont servis avec nos fameuses pommes de terre, de la compote de pommes et des rôties. Café ou thé en feuilles inclus.

CLASSIQUES

— 2 œufs et choix de bacon, jambon, saucisses, cretons ou fèves au four. 13²⁵

— 2 œufs, fruits frais et choix de pommes de terre ou tomates 16⁴⁵

— 2 œufs et jambon effiloché à l'ancienne 15⁹⁵

17⁹⁵

ROUTINE BEN & FLORENTINE 17⁴⁵

Choix de frites ou nos fameuses pommes de terre. Oeuf à votre goût, bacon, jambon, saucisses, fromage en grains et sauce hollandaise

17⁹⁵

L'AUTHENTIQUE 17⁴⁵

2 œufs, bacon, cretons, fèves au four, tomates et cheddar

17⁴⁵

PAIN DE MÉNAGE
Remplacez vos rôties par du pain de ménage : 0⁶⁰

**PATATES À LA
FLORENTINE**
Remplacez vos pommes de terre par des patates à la florentine : 2⁹⁵

TARTINE
Ajoutez une tartine beurre d'amande & bananes : 6²⁵

Le coin des petits

Remplacez vos fruits par nos fameuses pommes de terre

Pour enfant de 10 ans et moins. La majorité de nos déjeuners pour enfants sont servis avec des fruits ainsi qu'un verre de lait afin de se rapprocher des recommandations du guide alimentaire canadien.

Menu sensé !

CRÊPE « S'MORES » ☺

Crêpe, guimauves, chocolat aux noisettes et biscuits gaufrés. Servie avec des fruits frais et du yogourt à la vanille

P'TIT DÉLICE ☺

Oeuf et cheddar. Servi avec des fruits frais, compote de pommes et une rôtie

1-2-3 ☺

Oeuf avec choix de bacon, jambon, saucisses, cretons ou fèves au four. Servi avec des fruits frais, compote de pommes et une rôtie

COMBO COCO & BEIGNETS ☺

Oeuf avec saucisse accompagné de 5 beignets, guimauves et chocolat aux noisettes. Servis avec des fruits frais et une rôtie

8²⁵

BÉNÉDICTIN ☺

Oeuf poché, muffin anglais, jambon et sauce hollandaise. Servi avec des fruits frais

DO-RÉ-MI

Pain doré, jambon effiloché à l'ancienne et fromage suisse

LA PETITE VÉGÉ ☺

Omelette avec oignons rouges, mélange de poivrons et tomates. Servie avec des fruits frais et une rôtie

YOGOURT FRAISINETTE ☺

Yogourt à la vanille, fraises et granola

KOKO LOKO

Pancake aux brisures de chocolat et bananes. Servi avec crème fouettée

8²⁵

LE « BANANALICIOUS » D'ÉLIE

Choix de pancake, crêpe, pain doré ou gaufre servi avec bananes, chocolat aux noisettes et yogourt à la vanille

Tel que préparé par Élie

dans la Brigade des p'tits dej's, une compétition culinaire amicale qui a eu lieu chez Ben & Flo au profit de la Fondation Olo

8²⁵



Bon matin

DU LUNDI AU VENDREDI JUSQU'À 8 H 30 (sauf jours fériés)

Café ou thé en feuilles inclus.

BAGEL BLT ETC.

Oeuf crevé, bacon, laitue et tomates. Servi avec nos fameuses pommes de terre

13²⁵

BÉNÉDICTINE BACON

Oeuf poché, muffin anglais, bacon et sauce hollandaise. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

13⁹⁵

DEUX ŒUFS +

Servis avec nos fameuses pommes de terre, de la compote de pommes et des rôties

— 2 oeufs et un choix

de bacon, jambon ou saucisses

11²⁵

— 2 oeufs et deux choix

de bacon, jambon ou saucisses

14²⁵

« GRILLED CHEESE » AU JAMBON

Pain 12 grains, jambon et fromage ruban jaune. Servi avec nos fameuses pommes de terre

11⁹⁵

OMELETTE « WESTERN »

Jambon, mélange de poivrons et oignons caramélisés. Servie avec nos fameuses pommes de terre, de la compote de pommes et des rôties

11⁹⁵

DUO SMOOTHIE DRAGON & AMANDINE

Mélange de fruits du dragon, ananas & framboises lyophilisés, lait d'avoine et jus de canneberge.

13⁷⁵

Servi avec tartine au beurre d'amande & bananes sur pain 12 grains

GRUAU MATINAL

Bananes, fraises, crème et cassonade. Servi avec des rôties

8⁷⁵

PROTÉINE!

Ajoutez un extra protéine ISO : 2⁷⁵



TARTINE

Ajoutez une tartine beurre d'amande & bananes : 6²⁵

BÉNÉDICTINE BACON

Présentations suggérées. Taxes en sus. Le café ou le thé en feuilles sont offerts à l'achat d'un repas principal en salle à manger seulement. Ben & Florentine et le logo Ben & Florentine sont des marques de commerce de Franchise MTY Inc., 2025. Tous droits réservés.

POUR CONSULTER LES ALLERGÈNES DE NOTRE MENU, scannez le code QR ou rendez-vous sur notre site benetflorentine.com

Ben & Florentine offre des produits contenant du poisson, sésame, soya, lait, œuf, blé, sulfite et autres allergènes. Bien que de nombreuses mesures préventives soient prises afin de minimiser les risques de contamination croisée, il est impossible de garantir l'absence totale de ces allergènes ou que nos produits soient sans risque pour les personnes allergiques à ces allergènes. Si vous croyez être allergique à un ingrédient contenu dans nos produits, veuillez consulter votre médecin avant de consommer.



Fondation
Olo

La mission de la Fondation Olo est de donner une chance égale aux familles de mettre au monde des bébés en santé et d'acquérir de saines habitudes alimentaires tôt dans la vie