

MENU DU MIDI

Semaine du 22 au 27 juillet

SG : sans gluten

SL : sans lactose

V : vegan

VG : végétarien

Formules :

Entrée / Plat / Dessert : 22,5 €

Entrée / Plat ou Plat / Dessert : 19,5€

Plat : 15,5

Enfant : 13,5€ (Plat / Dessert / P'tit verre)

Entrées

Aubergines à la parmesane, pesto

Fishcake

Plats

Cuisse de poulet tandoori, frites et salade (+1.5€)

Salade de quinoa aux herbes et tomates fraîches,
caviar de betterave, mozzarella et graines de courge [VG]

(dès mardi) Pâtes au calamar, persil et tomate

Desserts

Semoule au lait de chèvre saveur baklawa,
amandes et raisins secs

(dès mardi) Diplomate cacao, granola grué, sirop de cerise

Légumes :

Ferme urbaine de l'Alouette Rit (Nantes, BIO)

Ferme de Sandra et Matthieu Gilbert
(Chavagnes-en-Paillers 85, BIO)

Champignons :

Le Champignon Urbain (Nantes, BIO)

Légumineuses :

Vivien d'Anjou (Soudan 44, BIO)

Fromages :

Ferme de Grand Lieu

(St-Lumine-de-Coutais 44, BIO)

Oeufs :

Ferme des mille et une pattes

(Carquefou, 44, BIO)

Pain 100% levain:

Arlot Cheng (Nantes, BIO)

Viandes :

100% françaises