



## Accompagnements

		Score meilleurs choix	Fruit & Légumes > 80g / plat	Fibres > 7g / plat	Protéines végétales > 50% / plat	Bonnes graisses <10E% calorie	Fruits à coque >5g	Moins de sucre <10E% calorie
SALADE MIXTE - V	63 kcal	2/6			v			v
GUACAMOLE - V	290 kcal	3/6			v			v
AVOCAT - V	382 kcal	4/6	v		v			v
HOUMOUS - V	354 kcal	4/6			v		v	v

## Nos Combos

		Score meilleurs choix	Fruit & Légumes > 80g / plat	Fibres > 7g / plat	Protéines végétales > 50% / plat	Bonnes graisses <10E% calorie	Fruits à coque >5g	Moins de sucre <10E% calorie
DAILY BAKER'S LUNCH - 1/2 tartine thon	620 kcal	✓ 5/6	v	v	v	v		v
DAILY BAKER'S LUNCH - 1/2 tartine avocat	656 kcal	✓ 5/6	v	v	v	v		v
TARTINE LUNCH - 1/2 tartine gouda/jambon	556 kcal	1/6						v

## Salades

		Score meilleurs choix	Fruit & Légumes > 80g / plat	Fibres > 7g / plat	Protéines végétales > 50% / plat	Bonnes graisses <10E% calorie	Fruits à coque >5g	Moins de sucre <10E% calorie
CAESAR	701 kcal	1/6						v
CHEVRE CHAUD	778 kcal	4/6	v			v	v	v
SAUMON ATLANTIQUE FUMÉ & THON	721 kcal	✓ 5/6	v	v		v	v	v

## Plats chauds

		Score meilleurs choix	Fruit & Légumes > 80g / plat	Fibres > 7g / plat	Protéines végétales > 50% / plat	Bonnes graisses <10E% calorie	Fruits à coque >5g	Moins de sucre <10E% calorie
QUICHE - LORRAINE	914 kcal	2/6			v			v
QUICHE - FETA ET ÉPINARDS	788 kcal	3/6	v		v			v
QUICHE - SAUMON ET POIREAU	642 kcal	3/6	v		v			v
QUICHE DE SAISON	959 kcal	✓ 5/6	v	v	v		v	v
SOUPE BIO DU JOUR - V	686 kcal	✓ 5/6	v	v	v	v		v

## Specials

		Score meilleurs choix	Fruit & Légumes > 80g / plat	Fibres > 7g / plat	Protéines végétales > 50% / plat	Bonnes graisses <10E% calorie	Fruits à coque >5g	Moins de sucre <10E% calorie
PANCAKES PROTÉINÉS	647 kcal	2/6	v			v		
FLATBREAD, DEUX OEUFS AU PLAT BIO	817 kcal	3/6			v	v		v
FLATBREAD ITALIENNE	820 kcal	1/6						v
FLATBREAD LÉGUMES GRILLÉS - V	826 kcal	✓ 6/6	v	v	v	v	v	v
• avec du jambon sec Serrano	896 kcal	✓ 6/6	v	v	v	v	v	v
• avec de la mozzarella di bufala D.O.P.	989 kcal	✓ 6/6	v	v	v	v	v	v
• avec de la mozzarella di bufala D.O.P. & du jambon sec Serrano	1059 kcal	✓ 5/6	v	v	v	v	v	v
GRAVLAX TARTINE	437 kcal	4/6			v	v	v	v
BURRATA & TOMATES A L'ANCIENNE	737 kcal	3/6	v				v	v
SMOOTHIE YAOURT FRAMBOISE	198 kcal	2/6			v	v		