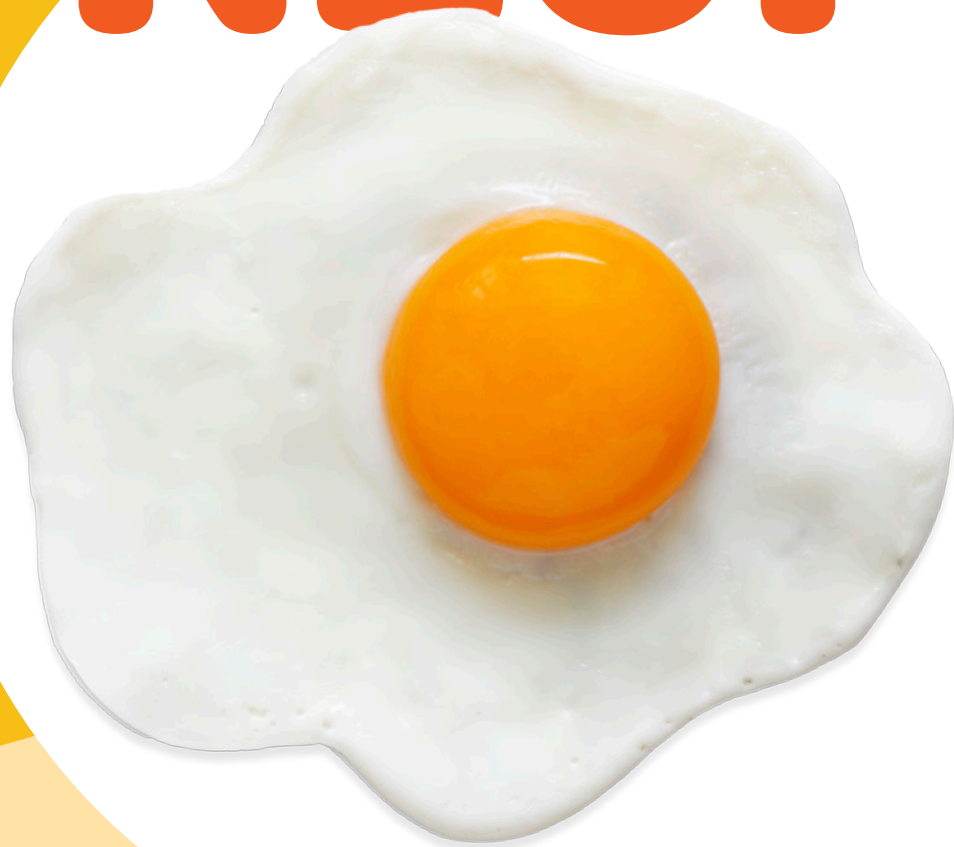


PARS TA JOURNÉE

À NEUF



LES INDÉMODABLES

CLASSIQUES

Servis avec pommes de terre rissolées, rôties et café.

1 œuf 11⁰⁰

2 œufs 12⁰⁰

3 œufs 13⁰⁰

1 œuf et 1 viande au choix 15⁰⁰

2 œufs et 1 viande au choix 16⁰⁰

3 œufs et 1 viande au choix 17⁰⁰

Déjeuner du patron 28⁰⁰

2 œufs et demi-côte levée.

Le total construction 27⁰⁰

2 œufs, bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisse à l'érable, bologne, fèves au lard, crêpe à l'érable, pâté à la viande, pommes de terre rissolées et rôties.

Keto 20⁰⁰

2 œufs, bacon de joue de porc, bologne, fromage cheddar blanc, yogourt grec nature, tomates et demi-avocat.

RÔTIES

Bagel avec fromage à la crème 6⁰⁰

Rôties 4⁰⁰

Pain blanc, blé ou multigrain.

Rôties sans gluten 6⁰⁰



Choix de viandes

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisses à l'érable **ou** bologne.

Joue de bœuf +3⁵⁰

LES INDÉCIS

DUO SUCRÉ-SALÉ

2 œufs, 1 viande au choix, pommes de terre rissolées, rôties et un choix parmi les becs sucrés suivants :

Demi-gaufre bananes-choco	19 ⁵⁰	Pain doré à l'érable	19 ⁰⁰
Demi-gaufre aux petits fruits	22 ⁰⁰	Pain doré aux petits fruits	22 ⁰⁰
Demi-gaufre choco-amandes	21 ⁰⁰	Power bol aux fraises	23 ⁰⁰
Crêpe à l'érable	19 ⁰⁰	Yogourt grec nature ou aux fraises, garni de bananes, fraises, granola, noix de Grenoble et graines de chia.	
Crêpe aux fraises	22 ⁰⁰		
Crêpe aux pommes et caramel	20 ⁰⁰		

Remplacez vos pommes de terre rissolées par des pommes de terre cajun au fromage cheddar fort.

+3⁰⁰



Duo sucré-salé
Crêpe aux fraises

LES PLAISIRS NON COUPABLES

CHOIX SANTÉ

Ambivalent

23⁰⁰

2 œufs, 1 viande au choix, 1 fromage au choix (suisse, brie double crème, cheddar blanc **ou** ricotta), yogourt grec nature ou au chocolat, fruits frais et rôties multigrains.

Santé

19⁰⁰

2 œufs pochés, 1 fromage au choix (suisse, brie double crème, cheddar blanc **ou** ricotta), yogourt grec nature ou au chocolat, fruits frais et rôties multigrains.

Duo d'avocat

25⁰⁰

2 œufs pochés, 1 fromage au choix (suisse, brie double crème, cheddar blanc **ou** ricotta), 2 demi-avocats garnis d'oignons, de poivrons et de fromage de chèvre, fruits frais et rôties multigrains.

Toast ricotta

22⁰⁰

2 œufs pochés, fraises, granola, sirop d'érable, fruits frais et rôties multigrains avec ricotta.

Power yogourt

18⁰⁰

Yogourt grec nature **ou** au chocolat avec confiture de fraises, de bleuets **ou** de framboises, granola et coulis de chocolat.

Assiette de fruits frais

13⁰⁰



Toast
ricotta





Power Bowl
Fraises



POWER BOWLS

Les bols de smoothie sont colorés, frais, magnifiques et appétissants. Ils permettent d'avoir tout le power d'un déjeuner complet dans un bol, et ça, c'est tout simplement merveilleux et très tendance !

Servis avec café.

Framboises 21⁰⁰

Yogourt grec nature, framboises, granola, graines de chia et graines de tournesol.

Bleuets 21⁰⁰

Yogourt grec nature, bleuets, noix de coco et pépites de chocolat au lait.

Fraises 18⁰⁰

Yogourt grec nature, bananes, fraises, granola, noix de Grenoble et graines de chia.

Le vert du matin 20⁰⁰

Yogourt grec nature, ananas, mangue, kale, épinards, noix de Grenoble et graines de citrouille.

LES EXTRAS POUR ÊTRE SUR SON X

Protéines +3⁰⁰

Vanille **ou** chocolat.

Fraîcheur vitaminée +2⁵⁰

Fraises, framboises, bleuets, kale **ou** épinards.

Garnitures +2⁵⁰

Granola, noix de Grenoble, graines de chia, graines de tournesol, graines de citrouille, graines de lin, noix de coco **ou** pacanes.

Garnitures sucrées +3⁵⁰

Pépites de chocolat au lait, M&M, brisures de Skor, de Kit Kat, de Crunchie, de Caramilk, de Reese **ou** d'Oréo.

SANDWICHES

Servis avec pommes de terre rissolées, fruits frais et café.

Choix de pain : blanc, blé ou multigrain.

Monte Cristo 19⁵⁰

Jambon d'épaule, dinde et fromage cheddar blanc dans un pain trempé dans le mélange à pain doré.

Végé 21⁰⁰

Laitue, tomates, avocat, champignons sautés, fromage mozzarella et pesto de tomates séchées.

Jambon 21⁰⁰

Jambon d'épaule, laitue, pommes, figues, oignons caramélisés et fromage brie double crème.

Joue de bœuf 21⁰⁰

Joue de bœuf, laitue, champignons sautés, oignons caramélisés et fromage suisse.

Style club à la dinde 21⁰⁰

Dinde, bacon de joue de porc, laitue et tomates.

Sucré-salé 20⁰⁰

Bacon de joue de porc et fromage de chèvre dans un pain trempé dans le mélange à pain doré, recouvert de fruits frais et sirop d'érable.

Croque-madame 21⁰⁰

Jambon d'épaule, fromage cheddar fort, fromage mozzarella, 1 œuf miroir et sauce hollandaise.

Bagel au saumon fumé 23⁰⁰

Bagel, fromage à la crème, saumon fumé, laitue, tomates et câpres.



LES MIAM' WICHS

Un coco, mon coco ?

Ajoutez un œuf
à votre sandwich.

+2⁰⁰

Remplacez vos pommes
de terre rissolées par
des pommes de terre cajun
au fromage cheddar fort.

+3⁰⁰



Sandwich
Sucré-salé



Casserole
Avocat
et légumes



Poutine
matin
Meat-lover

LES COSTAUDS

POUTINES MATIN

Servies avec café.

Choix de sauce : hollandaise, hollandaise piquante ou sauce brune.

Hollandaise à l'avocat +1⁰⁰

Nature 18⁰⁰

Fromage en grains, pommes de terre rissolées et œuf.

Meat-lover 25⁰⁰

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisses à l'érable, bologne, chorizo, fromage en grains, pommes de terre rissolées et œuf.

Épinards 23⁰⁰

Épinards, tomates, fromage en grains, fromage ricotta, pommes de terre rissolées et œuf.

Jambon d'épaule 21⁰⁰

Jambon d'épaule, fromage en grains, pommes de terre rissolées et œuf.

Joue de bœuf 26⁰⁰

Joue de bœuf, oignons caramélisés, fromage en grains, pommes de terre rissolées et œuf.

CASSEROLES

Servies avec café.

Choix de sauce : hollandaise, hollandaise piquante ou sauce brune.

Hollandaise à l'avocat +1⁰⁰

Meat-lover 23⁰⁰

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisses à l'érable, bologne, chorizo, fromage mozzarella, pommes de terre rissolées et œuf.

Épinards 22⁰⁰

Épinards, tomates, fromage mozzarella, fromage ricotta, pommes de terre rissolées et œuf.

Jambon d'épaule 22⁰⁰

Jambon d'épaule, fromage mozzarella, pommes de terre rissolées et œuf.

Avocat et légumes 20⁰⁰

Tomates, avocat, poivrons, champignons sautés, fromage mozzarella, pesto de tomates séchées, pommes de terre rissolées et œuf.

MATIN ROCCOCO!



Omelette
Western

OMELETTES

Servies avec pommes de terre rissolées,
fruits frais, rôties et café.

Nature

15⁰⁰

Légumes

20⁰⁰

Tomates, champignons sautés, fromage à la crème,
guacamole et pesto de tomates séchées.

Savoyarde

19⁰⁰

Bacon de joue de porc, oignons, fromage suisse
et pommes de terre rissolées.

Western

20⁰⁰

Jambon d'épaule, poivrons et oignons.

Prosciutto

22⁰⁰

Prosciutto, fromage brie double crème et pommes.

Jambon fromage

20⁰⁰

Jambon d'épaule et fromage cheddar blanc.

Meat-lover

19⁰⁰

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisses
à l'érable, bologne, chorizo et fromage cheddar fort.



Frittata
Chorizo

FRITTATAS

Plat traditionnel italien composé d'œufs, de garnitures et cuit à la poêle.

Servies avec pommes de terre rissolées, fruits frais, rôties et café.

Épinards

Épinards, tomates et fromage ricotta.

22⁰⁰

Savojarde

Bacon de joue de porc, oignons, fromage cheddar fort et pommes de terre rissolées.

24⁰⁰

Chorizo

Chorizo, tomates, poivrons, oignons, fromage cheddar fort et pesto de tomates séchées.

25⁵⁰

ÇA DONNE LE GOÛT DE SE LEVER TÔT!

Remplacez vos pommes
de terre rissolées
par des pommes de terre
cajun au fromage cheddar fort

+3⁰⁰

ou par une poutine matin.

+4⁰⁰



Éclatez-vous en ajoutant
une garniture sucrée

+3⁵⁰

Pépites de chocolat au lait,
M&M, brisures de Skor,
de Kit Kat, de Crunchie,
de Caramilk, de Reese
ou d'Oréo.

Pain perdu
Tarte
aux pommes
et brie





Gaufre
Fraises-
bananes

PAINS PERDUS

Le pain perdu est un mets à base de pain trempé dans un mélange de lait et d'œufs, puis cuit dans une cassolette.

Servi avec pommes de terre rissolées, fruits frais et café.

Saucisses à l'érable

21⁰⁰

Saucisses à l'érable, bacon de joue de porc, fromage cheddar blanc, œuf miroir, sauce hollandaise et pommes de terre rissolées.

Jambon d'épaule

20⁰⁰

Jambon d'épaule, œuf poché, sauce hollandaise et pommes de terre rissolées.

Tarte aux pommes et brie

18⁰⁰

Pommes, fromage brie double crème, épices à tarte aux pommes et caramel.

Petits fruits

22⁰⁰

Fraises, framboises, bleuets, coulis choco-noisette, crème pâtissière et crème fouettée.

GAUFRES

Les gaufres réinventées façon 9!

Servies avec café.

Ajoutez
des pommes
de terre rissolées.

+2⁵⁰

Petits fruits

23⁰⁰

Fraises, framboises, bleuets, coulis de framboises et crème pâtissière.

Fraises-bananes

18⁰⁰

Bananes, fraises, coulis choco-noisette et crème pâtissière.

Brownie

18⁰⁰

Fraises, glaçage au fromage à la crème et sauce fudge au chocolat.

Sundae

19⁰⁰

Bananes, crème glacée à la vanille, sauce fudge au chocolat et pépites de chocolat au lait.

Jambon

19⁰⁰

Jambon d'épaule, pommes, oignons caramélisés, fromage brie double crème, sauce hollandaise et œuf.

Meat-lover

22⁰⁰

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisses à l'érable, bologne, chorizo, fromage cheddar fort, sirop d'érable et œuf.

S'mores

15⁰⁰

Sauce fudge au chocolat, miniguimauves, pépites de chocolat au lait et biscuit Graham.

ÇA CRÊPITE!

CRÊPES ET PAINS DORÉS

Servis avec fruits frais et café.

Choix de crêpes ou de pains dorés.

Nature

Sirop d'érable.

16⁰⁰

Cochonne

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule effiloché à la plaque recouvert de fromage mozzarella, pommes de terre rissolées et 1 œuf miroir.

23⁰⁰

Meat-lover

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisses à l'érable, bologne, chorizo, fromage cheddar fort, sirop d'érable et œuf, servi avec pommes de terre rissolées.

21⁰⁰

Chocolat

Bananes, amandes, sauce fudge au chocolat et miniguimaaves.

17⁰⁰



Option sans gluten +2⁵⁰
Crêpe de sarrasin

Bleuets

Coulis de bleuets et crème pâtissière.

19⁰⁰

Pommes et cannelle

Pommes caramélisées, sucre à tarte et cannelle.

17⁰⁰

Fraises-bananes

Bananes, fraises et coulis choco-noisette.

19⁰⁰

Omelette aux champignons

Omelette aux champignons sautés et fromage mozzarella enroulée dans une crêpe, servie avec sauce hollandaise et pommes de terre rissolées.

19⁰⁰

AJOUTEZ :

Pommes de terre rissolées
+2⁵⁰

Pommes de terre cajun
au fromage cheddar fort
+4⁰⁰

Poutine matin
+4⁰⁰



Crêpe
Chocolat

Éclatez-vous en ajoutant
une garniture sucrée

+3⁵⁰

Pépites de chocolat au lait,
M&M, brisures de Skor, de Kit Kat,
de Crunchie, de Caramilk,
de Reese ou d'Oréo.



Pain doré
Cochonne

FIESTA CRÊPOS

AJOUTEZ :

Pommes de terre rissolées
+2⁵⁰

Pommes de terre cajun
au fromage cheddar fort
+4⁰⁰

Poutine matin
+4⁰⁰

CRÊPOS

Succulentes crêpes frites coupées façon nachos.
Le plat idéal pour les amoureux du dip!

Bananes-choco

17⁰⁰

Bananes, coulis choco-noisette, pépites de chocolat au lait et crème fouettée.

S'mores

18⁰⁰

Coulis choco-noisette, miniguimauves et pépites de chocolat au lait.

Érable

18⁰⁰

Flocons d'érable et sirop d'érable.

Tarte pomme sucre

16⁰⁰

Pommes, pépites de caramel et sucre à la crème.

Explosion de chocolat

25⁰⁰

Coulis choco-noisette, coulis de fraises et brisures de Kit Kat, de Crunchie et de Reese.

Fraises-bananes

18⁰⁰

Bananes, fraises, coulis choco-noisette et crème pâtissière.

Petits fruits

24⁵⁰

Fraises, framboises, bleuets, coulis de bleuets et crème pâtissière.

Cochonne

21⁰⁰

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule effiloché à la plaque recouvert de fromage mozzarella.

Meat-lover

23⁰⁰

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisses à l'érable, bologne, chorizo, fromage cheddar fort et sirop d'érable.



Crêpes
Explosion
de chocolat

Éclatez-vous en ajoutant
une garniture sucrée

+3⁵⁰

Pépites de chocolat au lait,
M&M, brisures de Skor, de Kit Kat,
de Crunchie, de Caramilk,
de Reese ou d'Oreo.



Toast
à l'avocat
Balsamique

Ajoutez
un demi-avocat frais
+5⁰⁰
Remplacez vos pommes
de terre rissolées
par des pommes de terre
cajun au fromage cheddar fort
+3⁰⁰
ou par une poutine matin.
+4⁰⁰

VIRÉ SU'L TOAST!

TOASTS À L'AVOCAT

Un pain multigrain recouvert de guacamole maison
et 1 œuf poché.

Servi avec pommes de terre rissolées, fruits frais
et café.

Prosciutto

Prosciutto et fromage brie double crème.

Épinards

Épinards, tomates et fromage ricotta.

Jambon d'épaule

Jambon d'épaule et roquette.

Joue de bœuf

Joue de bœuf, champignons sautés et
oignons caramélisés.

22⁰⁰

18⁰⁰

20⁰⁰

22⁰⁰



Option sans gluten +2⁰⁰

Verde

Bacon de joue de porc, épinards
et fromage de chèvre.

Saumon fumé

Saumon fumé, oignons rouges, câpres
et fromage L'Arrière-Cour.

Balsamique

Roquette, demi-avocat, fromage de chèvre
et réduction balsamique.

18⁰⁰

22⁰⁰

24⁰⁰

UNE VRAIE BÉNÉ-DICTION

BÉNÉDICTINES BUN'N ROLLS OU CRUMPETS

2 œufs pochés déposés sur bun'n rolls ou crumpet.

Servies avec pommes de terre rissolées, 1 viande au choix, fruits frais et café.

Choix de sauce : hollandaise ou hollandaise piquante.

Hollandaise à l'avocat +1⁰⁰

Prosciutto 25⁰⁰

Prosciutto, pommes et fromage brie double crème.

Épinards 22⁵⁰

Épinards, tomates et fromage ricotta.

Jambon d'épaule 23⁰⁰

Jambon d'épaule et roquette.

Joue de bœuf 25⁰⁰

Joue de bœuf, champignons sautés et oignons caramélisés.

Saumon fumé 25⁰⁰

Saumon fumé, oignons rouges et fromage L'Arrière-Cour.

Meat-lover 25⁰⁰

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisses à l'érable, bologne, chorizo et fromage cheddar fort.

Avocat 22⁰⁰

Bacon de joue de porc et avocat.

Le bun'n'roll

Feuilleté fait avec de la pâte à croissant, subtilement sucré. Les ingrédients qui le garnissent se trouvent immédiatement sublimés.

Le crumpet

Petit pain de la famille des crêpes. Sa texture est à la fois molle et spongieuse. Les petites cavités créées par les bulles d'air sont un excellent refuge pour nos succulentes garnitures.

Bénédictines
bun'n rolls
Épinards



JAMAIS TROP TÔT POUR D'LA PIZZ

Remplacez vos pommes
de terre rissolées
par des pommes de terre
cajun au fromage cheddar fort

+3⁰⁰

ou par une poutine matin.

+4⁰⁰

PIZZAS MATIN

Faites sur une authentique pâte à pizza, les pizzas matin vous offrent la meilleure des croûtes! Vous aurez l'impression de mordre un nuage.

Servies avec pommes de terre rissolées, fruits frais et café.

Meat-lover

21⁰⁰

Bacon de joue de porc, jambon d'épaule, saucisses à l'érable, bologne, chorizo, fromage mozzarella, sauce hollandaise et œufs brouillés.

Légumes

19⁰⁰

Tomates, poivrons, oignons, champignons sautés, sauce hollandaise au pesto de tomates séchées et œufs brouillés.

Jambon d'épaule

21⁰⁰

Jambon d'épaule, roquette, fromage mozzarella, sauce hollandaise, œufs brouillés et réduction balsamique.

Joue de bœuf

26⁰⁰

Joue de bœuf, champignons sautés, oignons caramélisés, fromage mozzarella et sauce hollandaise.

Saumon fumé

24⁰⁰

Saumon fumé, oignons rouges, câpres, fromage mozzarella, fromage L'Arrière-Cour, sauce hollandaise et œufs brouillés.

Bananes-choco

18⁰⁰

Bananes, coulis choco-noisette, crème pâtissière et crème fouettée.

Petits fruits

24⁰⁰

Fraises, framboises, bleuets, coulis choco-noisette, coulis de framboises, crème pâtissière et crème fouettée.



Pizza matin
Bananes-
choco



Pizza matin
Joue
de bœuf

EXTRA JOIE



À-CÔTÉS

Vous avez une faim de loup! Gâtez-vous et ajoutez un peu d'extra. Vous ne le regretterez pas!

Creton maison	2⁰⁰	Fèves au lard	2⁰⁰
		2 oz.	
Viande au choix	4⁰⁰	Fèves au lard	3⁰⁰
Jambon d'épaule, saucisses à l'érable ou bologne.		4 oz.	
Bacon de joue de porc	5⁰⁰	Tomates	2⁰⁰
		3 tranches.	
Fromage cheddar blanc	2⁰⁰	Sauce hollandaise	3⁰⁰
		4 oz.	
Fromage brie double crème	4⁰⁰	Yogourt granola	4⁰⁰
		4 oz.	
Fromage cottage	3⁰⁰	Pommes de terre rissolées	4⁰⁰
		8 oz.	
Fromage ricotta	3⁰⁰	Pommes de terre cajun au fromage cheddar	6⁰⁰
2 oz.		8 oz.	
Fromage suisse	2⁰⁰	Saucisses Fournier	14⁰⁰
		2 saucisses.	
Fromage à la crème	2⁰⁰	Demi-côte levée	17⁰⁰
2 oz.		Demi-côte levée maison en accompagnement d'un déjeuner.	
Fromage L'Arrière-Cour	4⁰⁰		
Sirop d'érable	3⁰⁰		
2 oz.			
Confiture	1⁵⁰		