



## MENU DE LA SEMAINE

### BOWLS FROIDS

- SPRING BOWL:** QUINOA, SALADE, FRAISES, CONCOMBRE, AVOCAT, MOZZARELLA DI BUFALA, NOIX DE PÉCAN TORRÉFIÉES, HUILE OLIVE BALSAMIQUE **CHF 16**  
**EN PLUS:** FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ **+CHF 2**
- HABIBI BOWL:** QUINOA, SALADE, FALAFELS BETTERAVE, COURGETTES GRILLÉES, POIVRONS GRILLÉS, FÊTA, MENTHE, SAUCE YAOURT & HERBES **CHF 16**  
**EN PLUS:** FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ **+CHF 2**
- OSLO BOWL:** ORGE, POIVRE CITRONÉ, SALADE, PATATES ROTIES, FENOUIL, PICKLES CONCOMBRE, GRAINES TORRÉFIÉES, ANETH, VINAIGRE MIEL MOUTARDE **CHF 16**  
**EN PLUS:** FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ **OU** SAUMON FUMÉ **+CHF 2**
- TOAST NORVÉGIEN:** PAIN DE SEIGLE, CREAM CHEESE, SAUMON FUMÉ, POIVRE CITRONNÉ, ANETH **CHF 8**

### BOWLS CHAUDS

- CHILI ET RIZ NOIR:** TOMATES, HARICOTS ROUGES, MAÏS, ÉPICES, OIGNONS, CRÈME FRAÎCHE (QUARK), CITRON VERT, CORIANDRE, RIZ NOIR **CHF 16**  
**EN PLUS:** FILET DE POULET GRILLÉ **OU** TOFU GRILLÉ **+CHF 2**

### DESSERTS

- YAOURT GRANOLA:** YAOURT GREC, GRANOLA MAISON, BEURRE CACAHUETE, COULIS FRUITS ROUGES, FRUIT FRAIS **CHF 5**
- CHIA COCO & MANGUE:** GRAINES DE CHIA, LAIT DE COCO, VANILLE, SIROP D'ÉRABLE, COULIS DE MANGUE, MANGUE FRAÎCHE, COCO RÂPÉE **CHF 5**
- YAOURT À LA MANGUE & GRANOLA RÅ (CRU):** MANGUE, YAOURT DE COCO, VANILLE, MÉLANGE DE NOIX, AVOINE, GRAINES DE CHIA, NOIX DE COCO, SIROP D'ÉRABLE, ÉPICES, NUT BUTTER, BAIES/FRUITS FRAIS **CHF 6**