









MANGER BIEN, VIVRE MIEUX



L'IMPORTANT POUR NOUS, C'EST VOUS !



-  Les plats «faits maison» sont élaborés sur place à partir de produits bruts.
-  Un ou plusieurs produits Bio
-  Produit végétarien
-  Sans gluten
-  Sans lactose
-  Menu



COMME À LA MAISON... EN MIEUX !

Chez nous, vous êtes sûrs de profiter d'une cuisine traditionnelle. Nos recettes sont "maison", réalisées sur place à partir d'ingrédients frais et de qualité, sans additifs ni conservateurs.

Les P'TITS COMPAGNONS



3€⁰⁰

LE CHAMPIPI (mini ciabatta)

Tapenade de champignons – rôti de dinde – tomate
– amandes grillées

LE DUCKY (pain figotte céréales)



Canard fumé – pesto de kale – poire – tomate – salade

LE RAGNAR (pain bretzel)



Thon – pomme – yuzu – graine d'anis – sauce yaourt
– aneth – tomate – salade

“

MANGEZ VITE,
SAIN ET ÉQUILIBRÉ

”



Les PAINS



4€⁵⁰

LE FOND MARIN



(Bagel sésame pavot)

Tartare d'algue nori BIO – tomate – truite
fumé – chou rouge – concombre

SANDWICH DU MOMENT

Nouvelle recette chaque semaine.

LE SICILIEN

(1/2 baguette aux olives)

Trait d'huile d'olive – jambon cru – tomate
confite – grana padano – salade

LE MEXICAIN



Guacamole – mangue – émincé de dinde –
raisin sec – tomate – salade.

LE SIMPLEMENT BON



(1/2 baguette BIO)

Jambon blanc – beurre – cornichon –
tomate – emmental tranché – salade

LE TANDOORI



(1/2 baguette fariné)

Émincé de poulet – sauce curry allégée –
tomate – effiloché de carotte – salade verte

LE VEGGI

(pain aux céréales toasté)



Mousse de chèvre – miel – courgette grillée
et marinée à l'Harissa – tomate – radis –
champignons de paris – chou chinois

LE COPPA CABANA

(pain triangle aux céréales)

Tranches de Coppa – confit d'oignons –
beurre moutarde à l'ancienne – endive
– tomate



Les SALADES



5€⁸⁰

Accompagnée d'un petit pain aux céréales et d'une mignonette de vinaigrette à l'huile d'olive et vinaigre balsamique

LA DINDE DONG

Mesclun de salade – feuille d'endive – raisin sec – tome de brebis – dés de dinde – noix – tomate – œuf – ciboulette

LA PAUZE

Lentille corail Bio – dés de saumon rôti – tomate cerise – sauce moutarde à l'ancienne – oignon rouge – radis noir – ciboulette

LA RIZ YO

Riz bio – azuki bio – échalote ciselée – poivron grillé et mariné – olive noire – dés de féta – sauce pesto de kale – tomate confite – origan

LA SALADE DU MOMENT

Nouvelle recette chaque semaine.

LA MAMIE MOSA

Carotte – poireau – petite pomme de terre rate – petit pois – mousse de poivron rouge – œuf – ciboulette

LA SOBA

Noville Soba – shiitake poêlé – crevette marinée au gingembre – sauce soja – edamamé – tomate cerise – coriandre frais.

On ne vous raconte pas de salades

LA COCOTTE

Mesclun de salade – filet de poulet mariné au miel et cumin – dés de comté – œuf – tomate – olive verte – graine de sésame – ciboulette.

LA VEGGIE BOWL

Mesclun de salade – boulette de soja et tomate – champignon de paris – poivron grillé – pois chiche bio mariné à l'harissa – tomate – ciboulette

L'AMBERT DU DÉCOR

Mesclun de salade – fourme d'Ambert – canard fumé – poire – œuf – tomate – graine de sésame – betterave râpée – ciboulette

LA P'TITE BOUCHÉE

(hors formule) (2,50€)
Salade d'accompagnement
Petit pain en supplément 0,50€

“ QUELQUES INGRÉDIENTS BIO,
DU SAVOIR-FAIRE ET SURTOUT...
BEAUCOUP D'AMOUR ! ”



Les PLATS CUISINÉS



LA SOUPE AZIATIQUE VEGGI



Bouillon de Légumes – nouille de riz – légumes croquants – champignons.

7€⁵⁰

LA LASAGNE

Recette différente chaque semaine.
Accompagnée d'une petite salade verte.

7€⁵⁰

LE PLAT CHAUD DU CHEF

Nouvelle recette chaque semaine.
Choix d'une viande ou d'un poisson avec garnitures différentes

7€⁵⁰

BIBIMBAP PAUZE

Riz infusé au thé à la baie de goji – sauté crevette au gingembre et coco & légumes.

7€⁵⁰

LA SOUPE DEL MAESTRO

100% végétalienne, sans gluten et sans lactose (sauf fromage) certaines recettes sont à base de soja. Chaude ou froide selon la saison.

3€⁵⁰

LES TARTES SALÉES

La quiche Lorraine / La tarte salée du moment.

3€⁵⁰

RISOTTO

Risotto aux champignons et parmesan

7€⁰⁰

Petit pain en supplément

0€⁵⁰



Les FORMULES

7€⁵⁰

FORMULE SANDWICH

SANDWICH AU CHOIX
DESSERT (noté menu)
BOISSON (noté menu)

8€⁵⁰

FORMULE SALADE

SALADE AU CHOIX
DESSERT (noté menu)
BOISSON (noté menu)

9€⁰⁰

FORMULE TARTE SALÉE

LA QUICHE LORRAINE
ou LA TARTE SALÉE
DU MOMENT +
LA P'TITE BOUCHÉE
Salade d'accompagnement.
DESSERT (noté menu)
BOISSON (noté menu)

C'est bon, c'est fait maison !

9€⁵⁰

FORMULE SOUPE

LA SOUPE Del Maestro
UN P'TIT COMPAGNON
AU CHOIX
DESSERT (noté menu)
BOISSON (noté menu)

9€⁵⁰

FORMULE DE LA MAMMA

RISOTTO
(nouvelle recette chaque semaine)
DESSERT (noté menu)
BOISSON (noté menu)

10€⁵⁰

FORMULE PLAT

BIBIMBAP PAUZE ou SOUPE
AZIATIQUE ou PLAT CHAUD
ou LASAGNE
DESSERT (noté menu)
BOISSON (noté menu)

DESSERTS aux menus

Yaourt aux fruits fermier

Fruits rouges ou fruits jaunes

2€⁰⁰

Yaourt au lait de brebis aromatisé

2€²⁰

Yaourt BIO à la vanille

2€²⁰

Fromage Blanc lissé

Coulis de fruits rouges/ smarties /mélange de graines aux miels sans gluten BIO

2€⁵⁰

La fameuse compote d'Alice

Pommes, miel et épices

2€⁵⁰

Gauffre au sucre

2€⁵⁰

Canelé au Rhum Vieux

2€⁵⁰

Muffin chocolat

2€⁵⁰

Flan vanillé

2€⁵⁰

Cake citron

2€⁵⁰

Maxi cookie au chocolat

2€⁵⁰

Tartelette aux pommes

2€⁵⁰

Dessert du moment

2€⁵⁰

**Nos desserts
n'attendent
que vous !**

DESSERTS hors menus

Salade de fruits frais

2€⁸⁰

Tartelette crumble au chocolat et fruits rouges

2€⁸⁰

Tiramisu au pain d'épices et speculoos

2€⁸⁰

Moelleux Coco et chocolat blanc

2€⁸⁰

Yaourt aux légumes

Recette nouvelle chaque semaine

2€⁸⁰

Smoothie Açai BIO 33cl

Fruits mixés bio et purée d'açaï bio

4€⁸⁰

ÉPICERIE de Maximus

Boisson découverte

Lorina citron, Arizona, mangajo...

2€⁸⁰

Duo de madeleines

au miel et cannelle

2€⁸⁰

Mélange vitalité (65gr)

Cocktail de baies et noix

2€⁸⁰

Mini Pâtes de fruits assorties (50grs)

Framboise – fraise – cassis – poire – orange

- abricot

2€⁸⁰



Les BOISSONS

Evian 50 cl 
Eau minérale naturelle
1€⁸⁰

Coca-Cola 33 cl 
Classique / light / zéro
1€⁸⁰

Fanta 33 cl 
Orange
1€⁸⁰

Badoit 33 cl 
Classic
1€⁸⁰

Oasis Tropical 
Classic
1€⁸⁰

Pulco 33 cl 
Citronnade
1€⁸⁰

Lipton Ice-Tea 
Pêche
1€⁸⁰

“ UN COCTAIL...**D'ENFER !** ”

En plus, c'est vraiment bon !

Evian 1L
Eau minérale naturelle
2€⁵⁰

Badoit 1L
Classic
2€⁵⁰

Volvic 50cl
Touche de fruits - Citron
2€⁰⁰

Bière Heineken 33cl
2€⁵⁰

Dr Pepper
2€⁵⁰

Mangajo
Citron, grenade, baie de gogi
2€⁵⁰

Bud
2€⁵⁰

Arizona
2€⁵⁰

Border Line
Cougar, nympette
2€⁵⁰

Verre de vin
3€⁰⁰

Bouteille de vin
Blanc, rouge, rosé
18€⁰⁰





LE TRAITEUR DE VOS ÉVÉNEMENTS

Nous nous occupons de vos réceptions, apéritifs déjeunatoires, cocktails, buffets...

Jusqu'à 500 convives... et même encore plus !

Au menu, entrée, plat et dessert. Quelles que soient vos envies, vous profiterez d'un large assortiment de **produits frais, bons, et de saison !**

VOTRE FORMULE PETIT DÉJEUNER ;)

Nous vous proposons aussi des formules "p'tit dèj" comprenant **mini viennoiseries, café, thé, jus de fruits, eaux minérales...**

En résumé : notre formule contient tout ce qu'il faut pour vous aider à bien démarrer votre journée. L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt !

À partir de 5,50 € HT/personne... Tip top, l'équipe de choc !

NOUS SOMMES SYMPAS :)

PLATEAUX REPAS

On vous sert sur un plateau ;)

Nous vous livrons des repas complets, bons, sains, équilibrés (si si!) directement dans votre entreprise ! Au menu, un repas complet comprenant entrée, plat et dessert.

Nos recettes sont simples, de saison, et joyeuses :
un peu de fantaisie est la bienvenue quand il s'agit de travailler dur ;)

Soucieux de notre éco-responsabilité (et de la vôtre), nous utilisons des plateaux repas entièrement biodégradable.

Tout ça pour 16,82 € HT, ni plus, ni moins !

EN PLUS, C'EST VRAIMENT BON CHEZ NOUS, CHEZ VOUS, AU BUREAU... DÉJEUNEZ OÙ VOUS VOULEZ !

Nous savons très bien que vous avez peu de temps pour déjeuner. Vous pouvez donc venir chez nous pour profiter d'un déjeuner dans une ambiance calme et sereine. Mais vous pouvez aussi déjeuner chez vous ou au bureau : la livraison est gratuite (à Brignais et proximité pour une commande > 10€) !

DU BIO DANS VOTRE ASSIETTE



Document imprimé sur papier recyclé. Produit issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées. Vase graphique Bron
Certains produits sont des plats à réchauffer. Ils sont vendus et livrés froids. L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération. Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière www.mangerbouger.fr - Ne pas jeter sur la voie publique. Ce document est imprimé sur du papier recyclé. Photos non contractuelles. Suggestion de présentation. www.fotolia.com.



Suivez nous !