

Cahier des valeurs nutritionnelles moyennes et des allergènes (*) : Carte Printemps-Eté 2019

(*) Attention : Ces informations tiennent compte uniquement des allergènes **présents dans la composition des recettes** (ni risques, ni traces, ni présences éventuelles ne sont précisés)

LISTE DES PRESTATIONS DE LA CARTE	POUR 100G		PAR PORTION		Gluten	Crustacés	Œufs	Poissons	Arachide	Soja	Lait	Fruits à coques	Céleri	Moutarde	Sésame	Sulfites	Lupin	Mollusques
	Energie (Kcal)	Energie (Kj)	Energie (Kcal)	Energie (Kj)														
Blanc de poulet mariné 130g	195	814	254	1058	●													
Cuisse de canard confite 220g	273	1140	601	2508														
1/2 Magret de canard 180g	341	1412	614	2542														
LES GRILLADES - LE POISSON																		
Croustillants de poisson x3 (soit 84g)	246	1028	207	864	●		●											
Croustillants de poisson x5 (soit 140g)	246	1028	344	1439	●		●											
Filet de bar 165g	140	587	231	969			●											
Duo de cabillaud et saumon en papillote, julienne de légumes et citron	139	581	317	1325			●			●		●						
Pavé de Saumon 150g	168	703	252	1055			●											
LES GRILLADES - LE PORC																		
Andouillette de Troyes recette Courtepaille 200g	220	915	440	1830										●				
Jambon à griller 140g	138	579	193	811														
Saucisse paysanne 2*90g (soit 180g)	298	1234	536	2221														
Saucisse paysanne 1*90g (menu enfant)	298	1234	268	1111														
Travers de porc mariné recette Courtepaille 2 morceaux 400g	247	1028	988	4112	●					●								
Travers de porc mariné recette Courtepaille 3 morceaux 600g	247	1028	1482	6168	●					●								
LES BURGERS																		
Le Bon Vivant	230	966	779	3264	●					●	●			●		●		
Le Rustique	228	957	712	2986	●					●	●			●		●		
Le Traditionnel	217	910	601	2522	●					●	●			●		●		
Le "Végé"	168	706	505	2118	●					●	●			●		●		
LES ACCOMPAGNEMENTS																		
Frites 210g	154	645	323	1354														
Haricots verts 140g	28	116	39	162														
Pâtes "penne rigate" tomates au basilic 189g	139	588	263	1111	●													
Pomme de terre au four 320g + crème ciboulette	99	415	377	1577							●							
Ratatouille 160g	98	409	157	654														
Riz à la brunoise de poivrons	176	731	262	1097														
LES SAUCES / LES TOPPINGS																		
Coulis de fruits rouges 5g	103	436	5	22														
Crèmeux thym, romarin et sel de Guérande 30g	290	1214	87	364							●							
Gavottes x2 (10,4g)	440	1842	46	192	●					●	●							
Ketchup en stick Courtepaille 25g	118	494	30	124														
Mayonnaise en stick Courtepaille 25g	671	2809	168	702			●							●		●		
Moutarde au goût de raisin Courtepaille stick portion de 18g	228	958	41	172										●		●		
Moutarde en stick Courtepaille 18g	167	692	30	125										●		●		
Sauce barbecue 30g	221	939	66	282	●									●		●		
Sauce béarnaise parfumée à l'estragon 30g	292	1223	88	367			●				●			●		●		
Sauce Courtepaille, à la moutarde au goût de raisin 30g	117	486	35	146	●		●				●			●		●		
Sauce marchand de vin 30g	102	424	31	127							●					●		
Sauce poivre 30g	96	396	29	119							●							

Cahier des valeurs nutritionnelles moyennes et des allergènes (*) : Carte Printemps-Eté 2019

(*) Attention : Ces informations tiennent compte uniquement des allergènes **présents dans la composition des recettes** (ni risques, ni traces, ni présences éventuelles ne sont précisés)

LISTE DES PRESTATIONS DE LA CARTE	POUR 100G		PAR PORTION		Gluten	Crustacés	Œufs	Poissons	Arachide	Soja	Lait	Fruits à coques	Céleri	Moutarde	Sésame	Sulfites	Lupin	Mollusques
	Energie (Kcal)	Energie (Kj)	Energie (Kcal)	Energie (Kj)														
Sauce roquefort 30g	167	689	50	207	●					●	●					●		
Sauce vierge 30g	557	2293	167	688														
Sauce vinaigrette 20g	551	2307	110	461										●		●		
Sauce café 5g	237	994	12	50														
Sauce caramel 5g	315	1318	16	66							●					●		
Sauce caramel crème 5g	308	1290	15	64														
Sauce chocolat 5g	314	1315	16	66														
Speculoos 6,25g	484	2026	30	127	●					●								
LES DESSERTS																		
Café douceur	429	1794	152	637	●		●			●	●							
Café gourmand	230	961	414	1734	●		●			●	●							
Compotée de pêche/framboise, éclats de galette pur beurre St Michel, crème fouettée	172	721	335	1407	●		●				●							
Coupe liégeoise café	105	439	227	950	●					●	●					●		
Coupe liégeoise chocolat	105	439	227	950	●					●	●							
Coupe liégeoise caramel	121	505	249	1043						●	●					●		
Coupe griottes	272	1138	387	1620	●					●	●							
Coupe estivale	174	729	424	1779	●		●				●							
Crème caramel	147	616	339	1419	●		●			●	●							
Duo fruits-choco	211	879	179	747			●			●								
Entremets au chocolat fondant 500g	322	1349	1611	6744			●	●		●	●							
Entremets glacé mousse framboise 4 à 6 personnes 400g	191	801	765	3204	●		●				●	●						
Glace "petite maison" vanille/chocolat	176	736	63	265							●							
Glace "petite maison" vanille/fraise	172	721	62	260							●							
Glace Pop'up Smarties	211	883	110	459	●						●							
Île flottante, crème anglaise et sauce caramel	156	655	226	949			●				●							
Pom'potes pomme nature	69	293	62	264														
Mousse au chocolat au beurre salé 120g	336	1396	371	1542	● * Gavotte		●			●	●							
Paille-café Bailey's	123	514	172	720							●							
Paille-café Cognac	116	487	163	682							●					●		
Paille-café Liqueur de café	133	556	186	779							●					●		
Paille-café Liqueur de poire	104	437	119	498							●							
Paille-café Whisky	111	464	155	649							●					●		
Riz au lait, madeleine pur beurre 18g	174	733	293	1232	●		●				●							
Tartare de fruits frais, sorbet fraise	102	432	177	750	●					●	●							
Tarte au citron meringuée	301	1256	361	1507	●		●				●							
Tarte aux pommes 155g	182	761	282	1180	●						●							
Tarte aux pommes 155g avec une boule de glace vanille	168	704	333	1394	●						●							
Sorbets et Glaces																		
Cône vanille Extrême	303	1266	224	937	●					●	●	●						
Coupe Sorbet ou Glace 2 ou 3 boules au choix	selon sorbet ou glace choisis cf. "Sorbets et Glaces"																	
Glace Café pur arabica (1 boule)	128	537	55	231							●							
Glace Caramel beurre salé (1 boule)	122	511	52	220						●	●							
Glace Chocolat (1 boule)	122	512	52	220						●	●							

Cahier des valeurs nutritionnelles moyennes et des allergènes (*) : Carte Printemps-Eté 2019

(*) Attention : Ces informations tiennent compte uniquement des allergènes **présents dans la composition des recettes** (ni risques, ni traces, ni présences éventuelles ne sont précisés)

LISTE DES PRESTATIONS DE LA CARTE	POUR 100G		PAR PORTION		Gluten	Crustacés	Œufs	Poissons	Arachide	Soja	Lait	Fruits à coques	Céleri	Moutarde	Sésame	Sulfites	Lupin	Mollusques
	Energie (Kcal)	Energie (Kj)	Energie (Kcal)	Energie (Kj)														
Fischer "Tradition"	52	218	172	719	●													
Heineken	42	178	139	587	●													
Monaco					●													
Mort Subite Kriek Lambic cerise	56	237	185	782	●													
Panaché "Panach"	33	138	83	345	●													
LES VINS																		
Rouge																		
Bordelais																		
AOC Bordeaux Château Gantonnet	88	366					●				●					●		
AOC Haut-Médoc Château Picourneau	91	381														●		
Beaujolais																		
AOC Brouilly. Château des Tours	98	410														●		
AOC Beaujolais Villages Cuvée d'la maison	91	381														●		
Bourgogne																		
AOC Coteaux Bourguignons Buissonnier Vignerons de Buxy	84	351														●		
Languedoc																		
AOP Languedoc "Les Darons" Jeff Carrel	95	395														●		
Val de Loire																		
AOC Saumur Champigny Les Chanteraines	91	381														●		
Vallée du Rhône																		
AOC Côtes du Rhône Villages. Coste-Clavelle	98	410														●		
AOP Beaumes de Venise. Vieilles Vignes P. Rougon	105	439														●		
AOC Crozes Hermitage E. Guigal	91	381														●		
Blanc																		
Bourgogne																		
AOC Bourgogne Aligoté Les Planchants	88	366														●		
Rosé																		
AOP Coteaux d'Aix. Domaine Saint Julien les Vignes	88	366														●		
AOP Côtes de Provence Romain Desbastides	91	381														●		
Vins au verre ou en pot																		
AOP Ventoux Rouge	95	395					●				●					●		
AOP Ventoux Rosé	91	381														●		
IGP Pays d'Oc 100% Chardonnay	88	366					●				●					●		
Gâteaux apéritifs "Poppes" (portion 15g)	433	1821	65	273												●		