

DÉJEUNER

LES SENTIERS DE LA GATINEAU

Yogourt, banane tranchée, granola fait maison,
accompagnées d'un bagel blanc sesame ou ble entier
(fromage a la creme 0.95 extra)

6.95

LE PETIT CANADIEN

2 crepes ou pains dorés
rissolées
bacon ou jambon ou saucisses
saucisses

roties de pain

disponible .50 extra)

6.95

LE JEUNE HOMME

2 œufs, pomme de terre

bacon ou jambon ou

avec fève a l'érable et

blanc ou multigrains
(pain Kamut-epeautre

6.50

LE CANADIEN

3 crepes ou pain dorés
rissolées
3 tranches de bacon enrobé de pois
bacon, 2 saucisses et jambon

roties de pain blanc

disponible .50 extra)

8.50

LE ROBUSTE

3 œufs, pomme de terre

3 tranches de

avec fève a l'érable et

ou multigrain
(Pain Kamut-epeautre

8.50

OMELETTES

Servies avec pomme de terre rissolées et
roties de pain blanc ou multigrains
(Pain Kamut-epeautre disponible .50 extra)

1. Western -poivrons, oignons, jambon, fromage

2. Fromage de chevre et champignons
3. Brie et poivrons rouge roti
4. Havarti, tomates et herbes

8.50

SANDWICHES POUR DEJEUNER

- | | |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Muffin anglais au pain blanc ou ble
anglais au pain blanc ou ble
entier, œuf, boulette de saucisses
bacon, fromage cheddar
a l'erable, fromage cheddar | <ol style="list-style-type: none"> 2. Muffin
entier, œuf, |
|---|--|

5.25

4.25

- | | |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 3. Oeuf frit, tomate, bacon, fromage
frit, tomate, germes, fromage
cheddar, mayonnaise sur rotie pain
mayonnaise sur rotie pain
blanc ou multigrains
multigrains.
(Pain Kamut-epeautre disponsbile .50 extra)
(Pain Kamut-epeautre disponsbile .50 extra) | <ol style="list-style-type: none"> 4. Oeuf
havarti
blanc ou |
|---|--|

6.49

5.25

- | | |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 5. Burrito dejeuner de haricots noir
dejeuner de haricots noir
et fromage avec salsa et creme sure
et fromage avec salsa et | <ol style="list-style-type: none"> 6. Burrito
œuf brouille
creme sure |
|---|--|

4.95

5.95

A LA CARTE

Rotie
equitable) ou the

1.50

BOISSONS

Cafe(bio et commerce

Kamut-epeautre Bio	2.00	
	1.95	
Fève à l'érable	1.25	Coke(diète),
Sprite(diète), Gingerale		
Muffin anglais	1.25	Fruitopia, The
glace(Diet)	1.75	
Bagel	1.25	Jus (orange,
cranneberge, pommes		
Bagel et fromage		pamplemousse)
	1.75\2.75	
à la crème	2.25	Perrier
	2.25	
Yogourt avec fruit	3.50	Lait
	1.75\2.75	
Patates Risolles	1.25	Chocolat Chaud
	2.75	

(LES PRIX SONT TOUS TAXABLES)

MENU DU DINER

SOUPE DU JOUR	<i>petite</i>	3.50	SALADE JARDINIÈRE	<i>petite</i>	3.95
				<i>grande</i>	5.95
BRIE TRIPLE CRÈME AU			ASSIETTE ANTIPASTI		
FOUR AVEC MIEL DE FLEUR			Tapanade d'olive verte, ail		
roti et			fromage de chèvre avec		
SAUVAGE ET CROSTINI		7.25			
crostini		8.25			
SALADE CESAR		6.95	MACARONI AU FROMAGE MAISON		6.50
AVEC POULET		9.95	TOURTIÈRE MAISON		
			Servi avec salade verte et		
chutney			maison à la rhubarbe et aux		
raisins		8.95			

SANDWICHES

Tous les sandwichs disponibles sur pain blanc ou multigrains. Kamut-epeautre .50 extra

FROMAGE GRILLE		4.50	SANDWICH		7.75
2 tranches de cheddar blanc sur pain de ménage			SANDWICH		8.50
BLT		5.25	AVEC SOUPE OU SALADE		

« Le classique » bacon, laitue et tomates
PITA VEGETARIEN 5.95 9.20
 tomates, concombre, germes, fromage havarti
 et pistou(contiens pignons)
THON EPICE 6.95 10.20
 notre propre thon assaisonne avec concombres
 marines et oignons verts sur pain multigrains
 « NOUVEAU » **CLUB AU POULET** 7.50 10.75
 poulet grille lentement, tomates, laitue et bacon
 avec mayo a l'ail roti sur trois tranches de pain de manage
 (avec Kamut-epeautre disponible .75 extra)

HAMBURGERS

Tous les hamburgers sont servi avec croustilles

LE BURGER CHAMBERLIN 7.25 **LE BURGER AU FROMAGE ET BACON** 8.95
 (avec fromage .70 extra)
LE BURGER CERF 9.95 **LE BURGER AU FROMAGE SUISSE** 8.95
ET CHAMPIGNONS
LE BURGER EPICE AUX
LENTILLES ET AUX NOIX 7.95 **LE BURGER DE CHAMPIGNONS, MISO**
 garni des germes et de mayo a l'ail roti **ET RIZ DANS UN PITA**
 8.95
 servi avec fromage bleu et chutney garni des germes et
 de mayo a l'ail roti
 a la rhubarbe et au raisin

(TOUS LES PRIX SONT SUJETS A LA TAXE)