



ENTRÉES

ASSIETTE DE ...	PETITE	GRANDE
CRUDITÉS	\$8.99	\$12.99
NACHOS pas gratiné	\$9.99	\$15.99
BRIE	\$13.99	\$20.99
FROMAGE & PÂTÉ		\$21.99
(Peut contenir des traces d'arachides et / noix)		
POTAGE DU JOUR		\$5.49

NOS TARTARES

SAUMON	\$26.99
Sauce : Mayonnaise, cannelle, sirop d'érable, pommes, échalotes, jus de citron, moutarde de dijon, huile de canola (contient : œuf, moutarde) Garnitures : persil, échalotes	
THON	\$26.99
Sauce : Mayonnaise, sauce asiatique Garnitures : persil, échalotes	
BOEUF	\$26.99
Sauce : Mayonnaise, moutarde de dijon, vinaigre de cidre de pomme, câpres, sriracha, épices à steak, huile de canola (contient : œuf, moutarde) Garnitures : tomates séchées, câpres, cornichons	

SERVIS AVEC CROÛTONS ET SALADE

SERVIS AVEC RIZ, LÉGUMES ET SALADE



NATUR'EAU
SPA & CHALET

BISTR'EAU MENU

RELAXER, C'EST AUSSI BIEN
MANGER !

NOS VEDETTES

BAVETTE DE BOEUF	\$35.99
Sauce : Poivre, crème, whisky, farine, base de bœuf (contient : lactose, soya, ail) Légumes : Carottes, oignons, poivrons, céleri ou zucchini Riz : Riz, persil, base de poulet	
POULET DIJONNAISE	\$31.99
Sauce : Crème, miel, moutarde de dijon, oignons, ail (contient : lactose, moutarde, ail) Légumes : Carottes, oignons, poivrons, céleri ou zucchini Riz : Riz, persil, base de poulet	
SAUMON À L'ÉRABLE	\$29.99
Saumon : Saumon frais et sirop d'érable Légumes : Carottes, oignons, poivrons, céleri ou zucchini Riz : Riz, persil, base de poulet	



NOS SALADES

	DEMIE	ASSIETTE
JARDINIÈRE	\$8.99	\$13.99
+ POULET	\$12.99	\$18.99
+ POULET GRILLÉ	\$13.99	\$19.99
+ JAMBON	\$10.99	\$15.99
+ THON	\$10.99	\$15.99
+ SAUMON	\$15.99	\$20.99
*HUILE & VINAIGRE BALSAMIQUE		
	DEMIE	ASSIETTE
CÉSAR *SAUCE MAISON	\$10.99	\$15.99
+ POULET	\$14.99	\$19.99
+ POULET GRILLÉ	\$15.99	\$20.99
+ JAMBON	\$12.99	\$18.99
+ THON	\$12.99	\$18.99
+ SAUMON	\$17.99	\$22.99
*CONTIENT DU BACON		

NOS À PARTAGER

NACHOS GRATINÉ	\$18.99
Sauce : Salsa douce Garnitures : olives noires, poivrons et fromage	
EXTRA	
POULET GRILLÉ	\$3.99
CRÈME SÛRE	\$1.99
QUESADILLAS	\$15.99
Sauce : Salsa douce et crème sûre Garnitures : poulet grillé, fromage etc...	



NOS SANDWICHS

1. CHOISIS TON PAIN

PANINI / TORTILLAS / CROISSANT / BAGEL*

Pain panini : Contient du fromage ainsi qu'un mélange de bacon, brocoli et chou-fleur

Croissant et tortillas : Contient mayonnaise, fromage et salade

2. CHOISIS TA PROTÉINE

	SEUL	ASSIETTE
POULET / POULET GRILLÉ	\$11.99	\$20.99
JAMBON / THON	\$10.99	\$18.99
SAUMON FUMÉ*	\$14.99	\$22.99
SANS PROTÉINE : VÉGÉTARIEN	\$12.99	\$15.99
BAGEL FROMAGE À LA CRÈME	\$4.99	

ASSIETTE: CHOIX DE SALADE, PETIT PÂTÉ ET CRAQUELIN, SALADE DE MACARONI ET MÉLANGE DE NOIX

SPECIAL LE NATUR'EAU \$12.99 \$22.99

*CROISSANT SEULEMENT (Jambon, poulet, bacon, fromage, salade, tomates et échalotes)

NOS DESSERTS

GÂTEAUX

FROMAGE ET BLEUETS	\$6.99
CAROTTES	\$6.99
TRIPLE CHOCOLAT	\$6.99

MUFFINS ASSORTIS \$3.49

NOIX	PETITE	GRANDE
	\$1.99	\$4.49



NATUR'EAU
SPA & CHALETs

BISTR'EAU MENU

RELAXER, C'EST AUSSI BIEN
MANGER !

NOS BREUVAGES

COKE	\$2.99
SPRITE	\$2.99
PEPSI DIÈTE	\$2.99
THÉ GLACÉ	\$2.99
JUS DE POMME	\$2.99
JUS D'ORANGE	\$2.99
V8	\$2.99
EAU PERRIER	\$3.99
EAU ESKA	\$2.49

Coca-Cola

pepsi

perrier



Wow!

NESPRESSO NOS CAFÉS

ESPRESSO \$3.49

LUONGO \$5.49

Un expresso où deux fois plus d'eau passe à travers une même dose de café

CAPPUCCINO \$6.49

À base de café expresso, mélangé avec du lait et coiffé d'une mousse de lait

LATTE \$6.49

À base de café expresso, mélangé avec du lait chaud

AMERICANO \$3.49

À base de café expresso, dilué avec de l'eau afin de remplir la tasse



CAFÉ FILTRE \$2.49

THÉ \$2.49

TISANE DU JOUR
GRATUITE

BOIS TON CAFÉ SUR
LE SITE !



Wow!

