

DU LUNDI AU VENDREDI  
de 12h00 à 14h30 puis  
de 19h à 22h30

SAMEDI ET  
DIMANCHE

de 12h00 à 14h30

### LE MENU DU JOUR

Plat du jour  
+ Dessert du jour ou à la carte\*\*\*

14,10€

### MENU SALADE

Salade au choix, boisson\*\*, Dessert au  
choix\*\*\*

15,90€

### MENU BURGER

Tartine ou burger au choix, boisson\*\*, Dessert au  
choix\*\*\*

16,90€

### MENU SANDWICH OU PANINI

Sandwich ou Panini au choix, boisson\*\*, Dessert au  
choix\*\*\*

10.00€

### MENU PTIT DUR

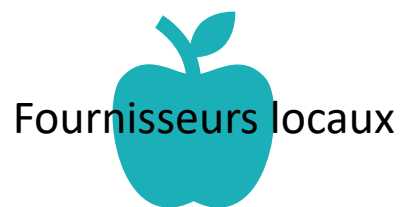
Steak Haché, burger V'mac ou jambon blanc et frites,  
Boisson: eau, diabolito ou soda (hors Red-bull et  
Powerade),  
Dessert: fondant au chocolat ou glace 2 boules

10.00€

\*\* Eau, soda (sauf Redbull), jus de fruits, bière Pelforth 25 cl ou vin au verre 14 cl

\*\*\* Hors café gourmand

**Le Plat du jour.....11,00€**  
Demandez-nous ce que le chef vous a concocté aujourd'hui!



## Nos entrées:

**Duo de charcuterie du chef.....8,50€**  
Terrine maison, gravlax de filet mignon au poivre

**Saucisson sec .....6,00€**  
Au choix: poivre, nature, basilic, piment d'Espelette, noisette ou sanglier

**Tartignons.....6,00€**  
Tarte aux oignons confits au cassis et camembert sur lit de salade

**Green Fish.....7,20€**  
Hareng mariné, pomme Granny-Smith, pomme de terre et huile d'herbes

## Nos salades:

**Salade César.....9,90€**  
Salade, tomates, parmesan, œuf dur, saucé César maison, crouton et émincé de poulet

**La Cabra.....8,90€**  
Tartine de chèvre frais, huile de vanille, salade, tomate

**Buddha Bowl.....8,90€**  
Riz basmati, radis noir, haricots verts, concombre, choux rouge façon pickels, salade, sauce dip



### Suppléments pour les gourmands :

Poulet, steak, galette de pomme de terre.....2€

Œuf, bacon, fromage, légumes.....1€

## Nos Burgers:

Accompagnés de frites (ou de salade selon votre convenance)

**V'Mac.....9,90€**  
Pain burger, steak haché Aubrac, tomates, oignons, salade, cornichons, cheddar, sauce secrète.

**Le Texan.....11,90€**  
Pain à Burger, salade, tomate, oignons, cornichons, steak haché Aubrac, bacon, cheddar, sauce barbecue et ketchup artisanal

**Namasté.....10,90€**  
Galettes de pomme de terre, légumes grillés, comté, sauce aux herbes et salade verte

**Le Highball.....12,00€**  
Pain à burger, carpaccio de bœuf, huile d'herbes, légumes grillés, comté, salade, oignons, cornichons

## Nos paninis et sandwiches:

### Paninis:

**Bolo.....5,20€**  
Bolognaise, mozzarella

**Panivégé.....5,20€**  
Légumes grillés, emmental et ketchup artisanal

**Hampi.....5,20€**  
Poulet, curry, emmental

**Relax.....5,20€**  
Jambon, tomates, Comté

### Sandwichs:

**8A.....4,90€**  
Pain frais, saumon, crème d'herbes, tomates, salade et concombre

**4A.....4,40€**  
Jambon, beurre, emmental

**Chicken Run.....4,90€**  
Poulet, sauce barbecue, tomate, œuf, salade

## Nos Plats:

**Pièce du boucher.....12,90€**  
Morceau de bœuf choisi, échalotte et frites maisons

**Eh Colin!.....11,90€**  
Dos de colin sauce piment doux et chorizo, riz basmati

**Risotto purple.....9,00€**  
Risotto, douceur de betterave, vinaigre de riz noir

**L'Atlantique.....12,90€**  
Risotto, bisque de homard et copeaux de colin

**Le Poulet Ginger.....9,90€**  
Risotto, émincé de poulet et gingembre confit

**Verti'Crock.....8,90€**  
Croque Monsieur façon VA

## Nos Desserts:

**Café gourmand**.....5,90€  
*Supplément 1€ pour cappuccino ou thé gourmand*

**Salade de fruits frais**.....3,80€  
*Fruits de saison taillés avec amour*

**Tartes du jour**.....4,10€  
*Demandez nous ce que la cuisine vous a préparé!*

**Gâteau Nantais**.....4,10€  
*Gâteau Nantais maison*

**Desserts du jour**.....4,10€  
*Selon l'inspiration du chef!*

**Fromage blanc**.....3,50€

**Glace**..... 1 boule.....2,90€  
2 boules.....5,40€  
3 boules.....7,10€

*Supplément chantilly 0,50€*

**Gaufre fraîche**.....Sucre.....2,00€  
Fruits rouges, Caramel, Nutella.....2,50€



Des desserts frais et faits  
maison!



## Nos Boissons:

### Eaux minérales:

San Pellegrino.....2,70€  
Evian.....2,70€  
Perrier.....2,70€

### Sodas:

Coca, Coca zéro, Schweppes agrume, Schweppes  
mojito, Orangina, Fanta, Oasis, Seven Up, Ice Tea  
(33cl).....2,50€

### Jus et nectars de fruit:

Orange, Banane, Fraise, ACE, Multifruits, Tomate,  
Ananas, Abricot, Pamplemousse (25cl).....2,90€

Red Bull (25cl).....3,50€  
Powerade (50cl).....3,50€

Diabolo (30cl).....2,40€  
Sirop à l'eau (30cl).....1,50€

### Boissons chaudes:

Expresso.....1,20€  
Allongé.....1,30€  
Double expresso.....2,30€

Café Latte.....2,30€  
Café noisette.....1,30€  
Cappuccino.....2,90€  
Thé Dammann.....2,90€

**Chocolat chaud**.....2,90€

### Bières pression:

Pelforth Blonde.....25cl.....2,90€  
50cl.....5,10€

Blanche du Bouffay.....25cl.....3,00€  
50cl.....5,40€

Triple du Bouffay.....25cl.....3,50€  
50cl.....6,40€

Monaco 25cl.....3,30€  
Panaché 25cl.....2,90€  
Supplément sirop.....0,40€

### Bières bouteille:

Delirium Tremens.....5,20€  
Triple Karmeliet.....5,20€  
Duvel.....5,20€  
Westmalle.....5,20€  
Maredsous.....5,20€  
Desperados.....4,20€  
Hoegaarden blanche.....4,20€  
Cuvée des Trolls.....4,90€  
Ohara's IPA.....4,90€  
Blonde et ambrée du bouffay.....4,90€  
Chouffe blonde.....5,20€  
Mort Subite Kriek.....4,20€  
Kekette Large, Kekette Red.....4,90€

Bière du moment.....5,20€  
*Demandez-nous conseil!*

