



Menu

Thés artisanaux

	Portion (g)	ENERGIE (KILOCALORIES) [kCal]	LIPIDES (TOTAL LIPIDES) [g]	% VQ LIPIDES (TOTAL LIPIDES)	ACIDES GRAS SATURÉS, TOTAUX [g]	ACIDES GRAS TRANS, TOTAUX [g]	% VQ GRAS SATURÉS + TRANS	CHOLESTÉROL [mg]	SODIUM [mg]	% VQ SODIUM	GLUCIDES, TOTAUX (PAR DIFFÉRENCE) [g]	% VQ GLUCIDES, TOTAUX (PAR DIFFÉRENCE)	FIBRES TOTALES [g]	% VQ FIBRES TOTALES	SUCRES, TOTAL [g]	PROTÉINE [g]	ÉQUIVALENTS D' ACTIVITÉ DU RÉTINOL [µg]	% VQ VITAMINE C	% VQ CALCIUM	% VQ FER
Fizzy Framboise 20oz	567	30	0.2	0	0	0	0	0	55	2	14	5	1	4	5	0.5	0	4	2	3
Fizzy Framboise 24oz	680	35	0.2	0	0	0	0	0	70	3	16	5	2	7	6	1	0	4	2	3
Fizzy Pêche 20oz	567	30	0.2	0	0	0	0	0	55	2	14	5	1	4	5	0.5	0	4	2	3
Fizzy Pêche 24oz	680	35	0.2	0	0	0	0	0	70	3	16	5	2	7	6	1	0	4	2	3
Fizzy Limonade 20oz	567	75	0	0	0	0	0	0	5	1	18	6	0	0	17	0	0	2	1	0
Fizzy Limonade 24oz	680	88	0	0	0	0	0	0	5	1	21	7	0	0	20	0	0	2	1	0
Corail fraise 20oz	567	490	33	44	29	0	145	0	25	1	50	17	0	0	43	3	0	20	4	28
Corail fraise 24oz	680	600	38	51	34	0	170	0	30	1	66	22	0	0	57	4	0	20	5	36
Matcha aromatisé sur glace - pêche 20oz	567	80	0	0	0	0	0	0	55	2	20	7	2	8	15	2	0	35	1	6
Matcha aromatisé sur glace - pêche 24oz	680	100	0	0	0	0	0	0	65	3	24	8	3	12	17	3	0	40	1	7
Matcha aromatisé sur glace - framboise 20oz	567	10	0.2	0	0	0	0	0	25	1	8	3	1	4	1	0.3	0	0	1	1
Matcha aromatisé sur glace - framboise 24oz	680	15	0.2	0	0	0	0	0	30	1	10	3	2	8	1	0.4	0	0	1	1
Matcha aromatisé sur glace - citron lavande 20oz	567	78	0.4	0	0.1	0	0	0	1.5	1	18	6.5	1.4	5	12.8	0.8	0	3	0.2	3
Matcha aromatisé sur glace - citron lavande 24oz	680	104	0.6	0	0.1	0	0	0	2	1	24	8.7	1.8	6.4	17	1	0	4	0.3	4
Matcha latté glacé 20oz	567	190	10	13	6	0	30	30	140	6	15	5	0	0	16	10	145	0	32	1
Matcha latté glacé 24oz	680	230	12	16	7	0	35	40	170	7	18	6	0	0	19	12	174	0	41	1

Chai latté glacé 20oz	100	80	1	1	0.5	0	3	5	25	1	19	6	0	0	19	2	0	0	0	0
Chai latté glacé 24oz	120	96	1.2	1.2	0.85	0	3.6	6	30	1.2	22.8	7.2	0	0	22.8	2.4	0	0	0	0
Thés limonades																				
« Blue Lagoon » 20oz	567	50	0.3	0	0.1	0	1	0	40	2	22	7	0	0	7	1	0	70	2	2
« Blue Lagoon » 24oz	680	60	0.4	1	0.1	0	1	0	50	2	27	9	1	4	8	1	0	80	2	3
Citron lavande 20oz	567	50	0.4	1	0.1	0	1	0	45	2	25	8	1	4	7	1	0	70	2	3
Citron lavande 24oz	680	60	0.4	1	0.1	0	1	0	50	2	30	10	1	4	8	1	0	80	3	3
Hibiscus 20oz	567	45	0.4	1	0.1	0	1	0	15	1	14	5	1	4	4	1	1	70	2	2
Hibiscus 24oz	680	50	0.5	1	0.1	0	1	0	15	1	17	6	2	7	5	1	1	90	3	3
Pêche 20oz	567	150	0.3	0	0.1	0	1	0	30	1	25	8	3	11	24	3	0	110	2	8
Pêche 24oz	567	150	0.3	0	0.1	0	1	0	30	1	25	8	3	11	24	3	0	110	2	8
Matcha 20oz	567	90	0.1	0	0	0	0	0	20	1	24	8	0	0	23	0.2	0	10	2	2
Matcha 24oz	680	110	0.1	0	0	0	0	0	25	1	29	10	0	0	28	0.2	0	15	2	3
Mangue épicée 20oz	567	140	0.1	0	0	0	0	0	25	1	35	12	0	0	34	0.1	0	6	2	2
Mangue épicée 24oz	680	170	0.1	0	0	0	0	0	30	1	43	14	0	0	42	0.1	0	6	2	2
Fraise avec perles 20oz	454	423.5	0	0	0	0	1	0	26	1	49	17	0.1	0	46	0.1	2	22	8	2
Fraise avec perles 24oz	680	513.5	0.1	0	0	0	1	0	31	1	70	24	0.1	0	66	0.1	2	32	8	3
« Purple Rain » avec perles 20oz	567	30	0.3	0	0	0	0	0	75	3	30	10	0	0	3	0.4	0	50	2	1
« Purple Rain » avec perles 24oz	680	35	0.3	0	0.1	0	1	0	90	4	36	12	0	0	4	1	0	60	2	1
Limonata Fresca - fruit du dragon 20oz	567	300	0.1	0	0	0	0	0	30	1	71	24	4	14	56	3	8	20	3	3
Limonata Fresca - fruit du dragon 24oz	680	330	0.1	0	0	0	0	0	35	2	78	26	5	18	62	3	9	20	4	4
Smoothies																				
Coco mangue 16oz	454	110	4	5	1	0	5	0	115	5	11	4	2	7	8	7	0	6	19	7
Coco mangue 20oz	567	140	5	7	1.5	0	8	0	150	7	14	5	3	11	10	8	0	6	27	8
Coco Matcha 16oz	454	337	12.1	15.5	8.5	0	42.5	0	146	6.3	51	18.5	3.7	13.2	44	5.5	0	3.3	2.1	37.8
Coco Matcha 20oz	567	450.5	17.4	22.3	12.6	0	63	0	184	8	65.5	23.8	5.3	18.9	55.5	7.2	0	5	2.7	55.6
Perles « Sunset » 16oz	454	140	0.1	0	0	0	0	0	80	3	33	11	0	0	28	0.1	0	300	2	1
Perles « Sunset » 20oz	567	170	0.1	0	0	0	0	0	100	4	41	14	0	0	35	0.1	0	380	2	1
Perles tropicales 16oz	454	90	0	0	0	0	0	0	45	2	21	7	0	0	17	0	0	150	2	1
Perles tropicales 20oz	567	110	0	0	0	0	0	0	60	3	26	9	0	0	22	0	0	180	2	1
Baies limonade 16oz	454	130	1	1	0.3	0	2	5	55	2	26	9	1	4	22	4	0	50	6	1

Baies limonade 20oz	567	170	1	1	0.4	0	2	5	70	3	34	11	2	7	28	5	0	70	8	1
Baies et banane 16oz	454	270	3	4	1	0	5	0	85	4	58	19	6	21	33	7	6	35	13	6
Baies et banane 20oz	567	340	4	5	1	0	5	5	110	5	72	24	8	29	42	9	8	40	17	7
Mangue gingembre 16oz	454	190	0.1	0	0	0	0	0	125	5	41	14	0	0	26	0.1	0	390	2	1
Mangue gingembre 20oz	567	280	0.1	0	0	0	0	0	170	7	59	20	0	0	30	0.1	0	450	2	1
Mangue et banane 16oz	454	260	2.5	3	0.5	0	3	0	95	4	59	20	5	18	36	5	6	150	12	6
Mangue et banane 20oz	567	330	3.5	5	0.5	0	3	0	115	5	74	25	7	25	46	6	8	190	13	7
Matcha Banane 16oz	454	540	3	4	0.5	0	3	0	220	10	128	43	7	25	71	7	7	4	12	7
Matcha Banane 20oz	567	680	3.5	5	1	0	5	0	280	12	160	53	9	32	88	8	9	6	15	8
Matcha 16oz	454	320	2	3	0.3	0	2	0	250	11	72	24	1	4	35	4	0	0	13	3
Matcha 20oz	567	410	3	4	0.3	0	2	0	310	13	90	30	1	4	43	5	0	0	17	4
Vert protéiné 16oz	454	330	9	12	3.5	0	18	15	140	6	52	17	7	25	32	16	75	6	27	19
Vert protéiné 20oz	567	410	11	15	4.5	0	23	20	180	8	65	22	9	32	40	20	94	6	35	22
Chai-Nana protéiné 16oz	454	190	1.5	2	0.3	0	2	0	75	3	31	10	2	7	28	12	0	6	13	6
Frappés & Cafés glacés																				
Mocha frappé 16oz	454	390	0.2	0	0.1	0	1	0	250	11	97	32	1	4	49	0.5	0	0	1	3
Mocha frappé 20oz	567	490	0.3	0	0.2	0	1	0	310	13	121	40	1	4	61	1	0	0	1	3
Coco Loco frappé 16 oz	100	110	3.5	5	2.5	0	13	5	20	1	19	6	0	0	2	1	11	0	4	1
Coco Loco frappé 20 oz	125	137.5	4.4	6.25	3.13	0	16.25	6.25	25	1.25	23.75	7.5	0	0	2.5	1.25	13.8	0	5	1.25
Cappuccino frappé 16oz	454	500	1.5	2	1	0	5	0	320	14	120	40	0	0	58	0.5	0	0	1	1
Cappuccino frappé 20oz	567	620	2	3	1.5	0	8	0	400	17	150	50	0	0	72	1	0	0	1	1
Dulce de Leche frappé 16oz	454	470	0.5	1	0.3	0	2	0	330	14	115	38	0	0	54	1	0	0	1	1
Dulce de Leche frappé 20oz	567	580	0.5	1	0.3	0	2	0	410	18	144	48	0	0	67	1	0	0	1	1
« Cold Brew » 16oz	454	4	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
« Cold Brew » 20oz	567	5	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0.1	0	0	1	1
« Cold Brew » 24oz	680	5	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0.1	0	0	1	1
« Cold Brew » crémeux à la vanille 16oz	454	230	9	12	6	0	30	35	30	1	34	11	0	0	32	1	88	0	4	1
« Cold Brew » crémeux à la vanille 20oz	567	290	12	16	7	0	35	40	35	2	43	14	0	0	40	2	110	2	6	1
« Cold Brew » crémeux à la vanille 24oz	680	350	14	19	9	0	45	50	45	2	51	17	0	0	48	2	132	2	6	1
« Cold Brew » crémeux à la noisette 16oz	454	100	9	12	6	0	30	30	50	2	11	4	0	0	0	1	88	0	4	1
« Cold Brew » crémeux à la noisette 20oz	567	120	12	16	7	0	35	40	65	3	13	4	0	0	0	2	110	2	6	1

« Cold Brew » crémeux à la noisette 24oz	680	150	14	19	9	0	45	50	75	3	16	5	0	0	0	2	132	2	6	1
« Cold Brew » crémeux au caramel salé 16oz	454	210	9	12	6	0	30	30	200	9	31	10	0	0	29	2	88	0	6	1
« Cold Brew » crémeux au caramel salé 20oz	567	270	12	16	7	0	35	40	250	11	39	13	0	0	37	3	110	2	8	1
« Cold Brew » crémeux au caramel salé 24oz	680	320	14	19	9	0	45	50	310	13	47	16	0	0	44	3	132	2	10	1
Latté sur glace 16oz	454	100	5	7	3	0	15	15	80	3	9	3	0	0	8	5	74	0	13	1
Latté sur glace 20oz	567	130	7	9	4	0	20	20	100	4	11	4	0	0	10	6	92	0	17	1
Latté sur glace 24oz	680	150	8	11	4.5	0	23	25	120	5	13	4	0	0	12	8	111	0	23	1
Latté à la vanille sur glace 16oz	454	380	9	12	5	0	25	30	140	6	64	21	0	0	63	9	130	0	23	1
Latté à la vanille sur glace 20oz	567	470	12	16	7	0	35	35	180	8	80	27	0	0	79	11	163	0	31	2
Latté à la vanille sur glace 24 oz	680	564	14.4	19.20	8.4	0	42	42	216	9.6	96	32.4	0	0	94.8	13.2	195.6	0	43.2	2.4
Latté à la noisette sur glace 16oz	454	180	9	12	5	0	25	30	170	7	28	9	0	0	14	9	130	0	23	1
Latté à la noisette sur glace 20oz	567	230	12	16	7	0	35	35	220	10	35	12	0	0	18	11	163	0	31	2
Latté à la noisette sur glace 24oz	680	276	14.4	19.2	8.4	0	42	42	264	14.4	42	14.4	0	0	21.6	13.2	195.6	0	43.2	2.4
Latté au caramel salé sur glace 16oz	454	350	9	12	5	0	25	30	410	18	60	20	0	0	59	10	130	0	27	1
Latté au caramel salé sur glace 20oz	567	440	12	16	7	0	35	35	510	22	75	25	0	0	74	13	163	0	35	2
Latté au caramel salé sur glace 24 oz	680	528	14.4	19.2	8.4	0	42	42	612	26.4	90	30	0	0	88.8	15.6	195.6	0	49.2	2.4
Mocha sur glace 16oz	454	210	9	12	5	0	25	25	135	6	24	8	0	0	22	9	121	0	23	3
Mocha sur glace 20oz	567	260	11	15	6	0	30	35	170	7	30	10	1	4	27	11	151	0	31	3
Mocha sur glace 24oz	680	320	13	17	8	0	40	40	200	9	36	12	1	4	33	13	182	0	35	4

Espresso & Lattés

Café filtre 12 oz	340	5	0	0	0	0	0	0	5	0	0.3	0	0	0	0	0.3	0	0	0	0
Café filtre 16 oz	454	7	0	0	0	0	0	0	10	0	0.5	0	0	0	0	0.5	0	0	0	0
Café filtre 20 oz	567	10	0	0	0	0	0	0	15	1	0.7	0	0	0	0	0.7	0	0	0	0
Latté 12oz	340	150	6	8	3	0	15	25	140	6	15	5	0	0	14	10	0	0	0	0
Latté 16oz	454	200	8	11	4	0	20	30	190	8	19	6	0	0	19	13	0	0	0	0
Latté 20oz	567	250	10	13	5	0	25	40	230	10	24	8	0	0	24	16	0	0	0	0
Latté à la vanille 12oz	340	140	5	7	2.5	0	13	20	140	6	18	6	0	0	13	9	0	0	0	0
Latté à la vanille 16oz	454	180	7	9	3.5	0	18	30	190	8	23	8	0	0	17	12	0	0	0	0
Latté à la vanille 20oz	567	230	9	12	4.5	0	23	35	230	10	29	10	0	0	22	15	0	0	0	0
Latté à la noisette 12oz	340	140	5	7	2.5	0	13	20	140	6	18	6	0	0	13	9	0	0	0	0
Latté à la noisette 16oz	454	180	7	9	3.5	0	18	30	190	8	23	8	0	0	17	12	0	0	0	0

Latté à la noisette 20oz	567	230	9	12	4.5	0	23	35	230	10	29	10	0	0	22	15	0	0	0	0
Latté au caramel salé 12oz	340	210	5	7	2.5	0	13	20	240	10	33	11	0	0	32	9	0	0	2	0
Latté au caramel salé 16oz	454	280	7	9	3.5	0	18	25	320	14	44	15	0	0	43	12	0	0	2	0
Latté au caramel salé 20oz	567	340	8	11	4	0	20	30	410	18	55	18	0	0	54	15	0	0	2	1
Latté à la pistache avec lait d'avoine 12oz	340	240	10	13	3	0	15	20	170	7	27	9	1	4	25	11	2	2	1	2
Latté à la pistache avec lait d'avoine 16oz	454	300	12	16	4	0	20	30	220	10	36	12	1	4	34	14	2	2	1	2
Latté à la pistache avec lait d'avoine 20oz	567	380	13	17	5	0	25	35	280	12	47	16	1	4	44	17	2	2	2	3
Cappuccino 12oz	340	140	5	7	2.5	0	13	20	135	6	14	5	0	0	13	9	0	0	0	1
Cappuccino 16oz	454	190	7	9	3.5	0	18	30	180	8	19	6	0	0	18	12	0	0	0	1
Cappuccino 20oz	567	240	9	12	4.5	0	23	35	220	10	23	8	0	0	22	15	0	0	0	1
Mocha 12oz	340	220	8	11	4	0	20	25	150	7	28	9	0	0	25	10	0	0	2	2
Mocha 16oz	454	300	10	13	5	0.1	26	30	200	9	38	13	1	4	34	13	0	0	2	3
Mocha 20oz	567	370	13	17	7	0.1	36	40	250	11	47	16	1	4	42	16	0	0	2	3
Flat White 12oz	340	150	6	8	3	0	15	20	135	6	14	5	0	0	14	9	0	0	0	0
Flat White 16oz	454	200	7	9	3.5	0	18	30	180	8	19	6	0	0	19	13	0	0	0	0
Flat White 20oz	567	240	9	12	4.5	0	23	35	230	10	24	8	0	0	23	16	0	0	0	1
Chai latté 12oz	340	390	4.5	6	2	0	10	15	105	5	87	29	0	0	87	7	0	0	0	0
Chai latté 16oz	454	520	6	8	3	0	15	25	135	6	116	39	0	0	116	10	0	0	0	0
Chai latté 20oz	567	650	7	9	3.5	0	18	30	170	7	145	48	0	0	145	12	0	0	0	0
Matcha latté 12oz	340	100	4	5	2	0	10	15	95	4	10	3	0	0	10	7	0	0	0	0
Matcha latté 16oz	454	140	5	7	2.5	0	13	20	130	6	13	4	0	0	13	9	0	0	0	0
Matcha latté 20oz	567	170	7	9	3.5	0	18	25	160	7	17	6	0	0	17	11	0	0	0	0
Matcha à la pistache 12oz	340	220	8	11	3	0	15	20	170	7	28	9	1	4	26	10	1	0	1	2
Matcha à la pistache 16oz	454	310	11	15	4	0	20	25	230	10	41	14	1	4	38	13	2	2	1	2
Matcha à la pistache 20oz	567	400	14	19	4.5	0	23	30	280	12	51	17	1	4	47	16	3	2	2	3
London Fog 16oz	454	170	4.5	6	2.5	0	13	20	110	5	25	8	0	0	25	8	0	0	0	0
Chocolat chaud 12oz	340	290	7	9	3.5	0	18	20	160	7	47	16	1	4	39	10	0	0	2	6
Chocolat chaud 16oz	454	390	9	12	5	0	25	30	210	9	62	21	2	7	52	13	0	0	2	7
Chocolat chaud 20oz	567	480	12	16	6	0	30	35	270	12	78	26	2	7	65	16	0	0	2	10
Chocolat chaud blanc 12oz	340	300	15	20	9	0	45	35	210	9	32	11	0	0	31	11	146	0	31	1
Chocolat chaud blanc 16oz	454	400	19	25	12	0	60	45	280	12	43	14	0	0	41	14	195	0	42	2

Chocolat chaud blanc 20oz	567	500	24	32	15	0.1	76	55	350	15	54	18	0	0	51	18	243	0	54	2
Espresso (simple)	28	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Espresso (double)	57	2	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Macchiato (simple)	57	10	0.3	0	0.2	0	1	0	10	0	1	0	0	0	1	0.5	0	0	0	1
Macchiato (double)	85	15	0.5	1	0.2	0	1	0	20	1	2	1	0	0	1	1	0	0	0	1
Americano (single)	227	5	0.1	0	0.1	0	1	0	10	0	1	0	0	0	0	0.1	0	0	0	1
Americano (double)	454	15	0.3	0	0.1	0	1	0	25	1	3	1	0	0	0	0.2	0	0	1	1
Cortado (double)	113	30	1	1	0.5	0	3	5	30	1	3	1	0	0	2	2	0	0	0	1

Déjeuners

Mini-omelettes œuf, fromage et bacon	56,7	118.2	6.38	8	2.38	0.10	13	117.2	287.4	13	1.23	1	0.07	0	1.78	8.22	88	0	8	3
Mini-omelettes blanc d'œuf, poivron rouge et épinards	56,7	75.2	4.01	5	1.96	0.10	11	10.26	228	10	3.08	1	0.63	4	0.85	6.98	75	2	8	1
Bagel sésame B.L.T	100	150	6	8	2	0.1	11	20	480	21	14	5	2	7	3	10	254	2	2	10
Muffin anglais B.L.T	100	140	6	8	2	0.1	11	20	430	19	14	5	2	7	3	9	254	2	3	10
Rôties B.L.T	100	150	6	8	2	0.1	11	20	500	22	15	5	2	7	4	10	254	2	3	11
Croissant B.L.T	100	180	10	13	4.5	0.1	23	30	480	21	13	4	2	7	4	10	254	2	2	8
Pain aux patates B.L.T	100	150	6	8	2	0.1	11	20	460	20	14	5	3	11	4	10	254	2	6	8
Bagel sésame B.L.T avec œuf	100	140	6	8	2	0.1	11	50	450	20	13	4	2	7	3	10	248	2	2	8
Muffin anglais B.L.T avec œuf	100	140	6	8	2	0.1	11	50	400	17	13	4	2	7	3	10	248	2	3	10
Rôties B.L.T avec œuf	100	150	6	8	2	0.1	11	50	470	20	14	5	2	7	3	10	248	2	3	10
Croissant B.L.T avec œuf	100	180	10	13	4.5	0.1	23	65	450	20	12	4	2	7	3	10	248	2	2	8
Pain aux patates B.L.T avec œuf	100	150	6	8	2	0.1	11	50	430	19	13	4	3	11	4	10	248	2	4	8
Bagel sésame omelette épinards féta	100	240	14	19	7	0.5	38	145	320	14	20	7	1	4	3	9	123	2	6	4
Muffin anglais omelette épinards féta	100	220	13	17	7	0.5	38	145	320	14	19	6	1	4	2	9	123	0	6	10
Rôties omelette épinards féta	100	240	13	17	7	0.5	38	145	440	19	21	7	2	7	4	10	123	0	6	11
Croissant omelette épinards féta	100	290	21	28	12	0.5	63	165	400	17	17	6	1	4	3	9	123	0	4	8
Pain aux patates omelette épinards féta	100	230	14	19	7	0.5	38	145	370	16	19	6	2	7	4	11	123	0	10	8
Bagel sésame œuf et fromage	100	260	14	19	7	0.4	37	160	210	9	22	7	1	4	3	13	91	4	19	3
Muffin anglais œuf et fromage	100	240	12	16	7	0.4	37	155	210	9	21	7	1	4	2	13	91	0	23	10
Rôties œuf et fromage	100	270	13	17	7	0.4	37	155	350	15	23	8	2	7	4	14	91	0	23	13
Croissant œuf et fromage	100	320	22	29	12	0.4	62	180	310	13	19	6	1	4	3	13	91	0	19	8

Pain aux patates œuf et fromage	100	260	13	17	6	0.4	32	155	270	12	20	7	3	11	4	15	91	0	23	8
Bagel sésame œuf, avocat et bacon	100	180	6	8	1.5	0	8	140	260	11	22	7	2	7	2	8	11	6	4	13
Muffin anglais œuf, avocat et bacon	100	170	7	9	1.5	0.1	8	140	160	7	22	7	2	7	2	8	11	6	6	14
Rôties œuf, avocat et bacon	100	200	7	9	2	0	10	140	300	13	24	8	3	11	4	9	11	6	6	17
Croissant œuf, avocat et bacon	100	250	16	21	7	0	35	165	260	11	20	7	2	7	3	8	11	6	4	13
Pain aux patates œuf, avocat et bacon	100	190	7	9	1.5	0	8	140	220	10	21	7	4	14	4	10	11	6	10	11
Bagel sésame œuf, fromage et bacon	100	290	16	21	7	0.4	37	145	490	21	19	6	1	4	3	17	75	2	17	4
Muffin anglais œuf, fromage et bacon	100	270	15	20	7	0.5	38	145	480	21	18	6	1	4	2	17	75	0	17	10
Rôties œuf, fromage et bacon	100	290	15	20	7	0.4	37	145	600	26	20	7	1	4	4	18	75	0	17	11
Croissant œuf, fromage et bacon	100	330	23	31	12	0.4	62	165	570	25	16	5	1	4	3	17	75	0	15	8
Pain aux patates œuf, fromage et bacon	100	280	16	21	7	0.4	37	145	530	23	18	6	2	7	4	18	75	0	19	8
Bagel sésame œuf, fromage et jambon	100	240	12	16	6	0.3	32	140	390	17	19	6	1	4	2	13	75	2	17	3
Muffin anglais œuf, fromage et jambon	100	240	12	16	6	0.3	32	140	390	17	19	6	1	4	2	13	75	2	17	3
Rôties œuf, fromage et jambon	100	240	11	15	6	0.3	32	135	500	22	20	7	1	4	3	14	75	0	17	11
Croissant œuf, fromage et jambon	100	280	19	25	10	0.3	52	155	470	20	16	5	1	4	3	13	75	0	15	8
Pain aux patates œuf, fromage et jambon	100	230	11	15	6	0.3	32	135	440	19	18	6	2	7	4	15	75	0	19	7
Bagel sésame œuf, fromage et saucisse	100	270	17	23	8	0.5	43	135	340	15	16	5	1	4	2	13	100	2	15	3
Muffin anglais œuf, fromage et saucisse	100	250	16	21	8	0.5	43	135	330	14	16	5	1	4	1	13	100	0	15	8
Rôties œuf, fromage et saucisse	100	270	17	23	8	0.5	43	135	430	19	18	6	1	4	3	13	100	0	15	10
Croissant œuf, fromage et saucisse	100	310	23	31	12	0.5	63	150	400	17	14	5	1	4	3	13	100	0	15	7
Pain aux patates œuf, fromage et saucisse	100	270	17	23	8	0.5	43	135	380	17	15	5	2	7	3	14	100	0	17	7
Bagel sésame fromage suisse/cheddar	100	330	18	24	10	0.5	53	50	260	11	29	10	1	4	3	15	40	4	35	1
Muffin anglais fromage suisse/cheddar	100	300	15	20	10	0.5	53	45	250	11	28	9	1	4	2	15	40	0	35	10
Rôties fromage suisse/cheddar	100	340	16	21	10	0.5	53	45	450	20	32	11	2	7	5	16	40	0	35	13
Croissant fromage suisse/cheddar	100	410	28	37	17	0.5	88	85	390	17	25	8	1	4	4	15	40	0	31	8
Pain aux patates fromage suisse/cheddar	100	330	16	21	9	0.5	48	45	340	15	28	9	4	14	6	17	40	0	38	7
Bagel fromage à la crème	100	430	22	29	14	0.5	73	70	790	34	43	14	2	7	11	14	0	0	13	11
Bagel saumon fumé	100	260	12	16	6	0.3	32	35	840	37	28	9	2	7	6	12	1	2	6	8
Parfait au yogourt (avec fruits)	100	80	1	1	0.5	0	3	5	50	2	16	5	1	4	12	3	30	15	8	3

Repas

Bol Méditerranéen	100	230	16	21	2	0.1	11	10	310	13	16	5	3	11	1	5	28	2	4	7
-------------------	-----	-----	----	----	---	-----	----	----	-----	----	----	---	---	----	---	---	----	---	---	---

Bol Niçois	100	160	9	12	1.5	0	8	45	280	12	14	5	2	7	2	6	43	0	3	8
Bol Asiatique	100	210	10	13	2.5	0	13	5	270	12	22	7	3	11	113	6	66	4	2	7
Sandwich au prosciutto	100	290	10	13	2.5	0.2	14	10	510	22	38	13	3	11	2	11	3	0	10	14
Sandwich au jambon et oignons confits	100	210	5	7	3	0.1	16	20	530	23	27	9	2	7	1	12	49	0	12	10
Sandwich à la dinde et au bacon	100	250	10	13	3	0.2	16	25	520	23	26	9	1	4	1	14	9	0	10	10
Sandwich au poulet et avocat	100	250	6	8	0.5	0	3	10	380	17	38	13	3	11	1	10	1	2	1	14
Sandwich au poulet et brie	100	210	8	11	2.5	0	13	25	350	15	24	8	2	7	1	10	63	0	2	10
Sandwich au poulet et pesto rouge avec fromage de chèvre	100	220	10	13	2	0.1	11	20	500	22	22	7	1	4	2	11	0	0	3	13
Sandwich Végé-Misto	100	200	15	20	9	0.4	47	40	870	38	3	1	1	4	1	13	43	2	13	3
Sandwich MTL classique	100	200	4.5	6	0.4	1	7	30	480	21	23	8	1	4	3	12	0	4	3	6
Sandwich au poulet épicé	100	200	11	15	3.5	0.1	18	40	1800	78	12	4	1	4	2	12	0	0	6	3
Sandwich au steak et au fromage	100	250	6	8	2.5	0.1	13	20	530	23	36	12	3	11	1	13	0	2	8	14
Sandwich au poulet thaï	100	200	6	8	3	0.1	16	35	3190	139	24	8	1	4	3	11	1	2	2	4
Sandwich Végé burger	100	180	4.5	6	2.5	0.1	13	40	2490	108	29	10	1	4	4	5	49	2	3	4
Wrap Falafel	100	1100	70	93	11	0.1	56	5	3090	134	82	27	21	75	22	42	0	0	6	14
Wrap au poulet grillé	100	250	11	15	3	0.1	16	135	380	17	2	1	0	0	1	37	4	0	6	4
Wrap au jambon et au brie	100	240	15	20	4.5	0.2	24	30	630	27	15	5	0	0	1	10	31	0	6	8
Wrap au jambon et au fromage suisse	100	250	16	21	5	0.3	27	35	570	25	14	5	0	0	1	11	9	0	17	7
Wrap le club	100	260	16	21	3.5	0.2	19	55	540	23	12	4	0	0	1	17	8	0	3	8
Wrap à la salade de thon	100	200	10	13	4	0.1	21	20	330	14	14	5	0	0	0	14	29	0	15	8
Soupe crème de poulet	125	150	10	13	3	0	15	15	800	35	10	3	1	4	1	4	18	0	4	2
Soupe crème d'asperges	125	150	8	11	2.5	0.1	13	10	870	38	14	5	1	4	7	5	36	0	15	4
Soupe crème de patates et bacon	125	180	4.5	6	3	0.1	16	20	860	37	23	8	1	4	5	5	36	2	10	4
Soupe Minestrone	125	100	2	3	0.5	0	3	0	910	40	17	6	3	11	5	4	18	4	6	8
Soupe crème de champignons	125	190	12	16	4	0.2	21	15	900	39	15	5	1	4	5	5	0	0	8	2
Soupe crème de brocolis	125	130	6	8	2	0.1	11	15	910	40	14	5	2	7	6	5	135	10	15	2
Soupe style créole au poulet	125	70	0.5	1	0.2	0	1	5	830	36	14	5	2	7	3	3	18	2	4	2
Soupe au bœuf, légumes et orge	125	90	1.5	2	0.2	0	1	5	600	26	17	6	3	11	4	3	54	4	2	6
Soupe poulet et nouilles	125	80	1.5	2	0.5	0	3	15	890	39	11	4	1	4	1	6	18	2	2	4
Soupe aux tomates et raviolis	125	120	2	3	0.5	0	3	10	940	41	21	7	3	11	9	4	54	6	4	6
Soupe végétarienne aux légumes	100	50	0.3	0	0.1	0	1	0	610	27	12	4	2	8	5	2	0	0	3	3

Soupe aux tomates	125	280	20	27	6	5	55	30	780	34	21	7	4	16	16	4	90	20	486	8
Soupe à la courge musquée	125	180	8	11	5	0.3	27	30	750	33	23	8	2	7	9	3	90	0	6	6
Soupe crème de chou-fleur	100	100	6	8	2	0.1	11	10	580	25	10	3	1	4	4	3	0	0	6	2
Pâtisseries																				
Danoise aux pommes	93	290	14	19	8	0	40	45	310	13	34	11	2	7	11	5	0	0	1	8
Danoise fraise et fromage à la crème	100	340	16	21	9	0	45	55	340	15	43	14	1	4	18	6	0	0	2	8
Danoise aux cerises grecques	100	360	18	24	11	0.5	58	70	360	16	41	14	1	4	15	7	0	0	2	8
Danoise à l'érable et aux pacanes	76	290	14	19	8	0.4	42	45	250	11	38	13	1	4	17	4	0	0	2	7
Danoise à la framboise	57	160	7	9	3	0	15	5	170	7	24	8	1	4	13	2	0	0	1	6
Danoise aux amandes	87	350	19	25	10	0	50	55	300	13	39	13	1	4	11	6	0	0	2	8
Brioche à la cannelle	116	430	20	27	11	0.5	58	60	540	23	55	18	3	11	13	8	0	0	3	14
Chocolatine	64	300	17	23	10	0.4	52	50	280	12	33	11	2	7	10	6	0	0	2	14
Chausson Aux Pommes	93	310	16	21	10	0.3	52	45	270	12	38	13	2	7	14	4	0	0	1	2
Croissant au beurre	100	340	18	24	12	0	60	0	1	0	39	13	2	7	6	7	0	0	0	0
Croissant aux amandes	95	340	19	25	10	0.3	52	10	240	10	32	11	5	18	14	7	0	0	4	4
Croissant choco-noisette	95	370	22	29	12	0.3	62	45	260	11	36	12	2	7	14	7	0	0	4	6
Muffin aux dattes	100	290	7	9	1	0.1	6	40	170	7	51	17	2	7	27	5	0	0	4	11
Muffin aux bananes	100	320	14	19	1.5	0.1	8	30	110	5	44	15	2	7	21	5	0	0	2	10
Muffin avoine et pomme	100	270	7	9	1.5	0.1	8	40	200	9	48	16	2	7	23	6	0	0	4	10
Muffin aux pépites de chocolat	100	280	7	9	2	0.1	11	25	120	5	50	17	2	7	23	5	0	0	3	10
Muffin au citron et graines de pavot	100	340	15	20	1.5	0.1	8	25	250	11	45	15	2	7	21	5	0	0	6	10
Muffin pomme-caramel	85	290	13	17	2	0.3	12	10	200	9	40	13	1	4	20	3	0	0	2	7
Muffin double chocolat	100	300	12	16	2	1	15	25	260	11	43	14	2	7	22	5	0	0	4	11
Muffin « Red Velvet »	100	340	15	20	2.5	0.1	13	25	310	13	47	16	1	4	24	5	0	0	3	11
Muffin aux bleuets	100	260	7	9	2	0.1	11	30	230	10	44	15	3	11	22	5	0	0	6	11
Muffin « Good Morning »	85	260	12	16	2.5	0.2	14	10	240	10	38	13	2	7	20	3	0	0	2	7
Muffin framboise et yogourt	100	330	12	16	2.5	0.2	14	10	230	10	50	17	2	7	25	3	0	0	2	10
Muffin à l'avoine	100	270	7	9	1.5	0.1	8	15	320	14	48	16	2	7	24	4	7	0	6	8
Galette à l'avoine	100	280	5	7	0.5	0	3	0	190	8	56	19	4	16	23	8	0	0	4	14
Biscuit à l'avoine et pépites de chocolat	75	210	4	5	0.5	0	3	0	140	6	42	14	3	12	17	6	0	0	3	11
Biscuit aux brisures de chocolat	43	190	8	11	4	0.1	21	10	45	2	27	9	0	0	16	2	3	0	1	8

Biscuit double chocolat	43	180	8	11	4	0.1	21	10	120	5	26	9	0	0	16	2	4	0	1	11
Biscuit triple chocolat	128	570	28	37	14	0	70	45	290	13	78	26	3	11	49	7	0	0	4	28
Biscuit « Red Velvet »	128	570	27	36	14	0	70	50	270	12	78	26	2	7	50	7	0	0	8	17
Biscuit aux brisures de chocolat et M&M	128	560	27	36	13	0	65	45	290	13	79	26	3	11	50	7	0	0	4	28
Biscuit aux bleuets	100	380	17	23	8	0	40	0	300	13	45	15	2	7	10	6	0	0	4	14
Galette Granola	60	370	21	28	5	0	25	20	190	8	23	8	5	18	10	6	0	0	6	8
Monster Brownie	130	560	20	27	12	0.2	61	20	330	14	91	30	3	11	69	7	0	0	10	14
Brookie	110	470	27	36	14	0.5	73	115	330	14	55	18	2	8	27	7	0	0	5	22
Brownie sans gluten	80	350	16	21	2	0.3	12	55	170	7	48	16	2	7	34	3	0	0	1	13
Brownie triple fudge	100	360	13	17	1.5	0.3	9	0	160	7	61	20	3	11	42	5	0	0	2	11
Carré aux dattes	100	320	13	17	6	0.1	31	0	35	2	48	16	3	11	27	4	0	0	2	8
Barre fudge et avoine	75	380	24	32	8	0	40	0	150	7	51	17	4	14	30	4	0	0	2	10
Gâteau Quatre-quarts aux bananes	100	240	13	17	1.5	0.1	8	50	190	8	44	15	1	4	26	5	0	0	3	7
Gâteau Quatre-quarts aux carottes et ananas	100	250	17	23	1.5	0.1	8	55	230	10	43	14	2	7	26	5	0	0	3	8
Gâteau Quatre-quarts marbré chocolat	82	210	13	17	2	0.1	11	50	20	1	23	8	0	0	22	2	0	0	1	3
Gâteau à l'ancienne	193	690	42	56	21	0.1	106	70	430	19	71	24	4	14	47	8	0	0	8	47
Gâteau mi-cuit au chocolat	158	550	27	36	11	0	55	25	400	17	68	23	4	14	48	7	0	0	6	42
Gâteau « Red Velvet »	187	730	46	61	19	0.5	98	60	480	21	74	25	2	7	55	6	0	0	8	8
Gâteau aux carottes	81	310	18	24	3	0.2	16	40	290	13	34	11	2	7	23	3	0	0	2	6
Gâteau Quatre-quarts citron et pavot	82	190	10	13	1	0.1	6	60	30	1	21	7	0	0	20	2	0	0	1	2
Gâteau aux fromages Oreo®	143	550	34	45	19	0.2	96	70	280	12	55	18	2	7	38	5	0	0	8	17
Gâteau au fromage au carotte et caramel	179	580	32	43	14	0.5	73	50	530	23	61	20	2	7	44	8	0	0	10	7
Gâteau au fromage Dulce de Leche	123	480	29	39	16	0.3	82	55	370	16	48	16	1	4	33	5	0	0	10	6
Gâteau au fromage aux framboises et yogourt grec	157	490	27	36	11	0.3	57	40	390	17	56	19	2	7	39	6	0	0	10	7
Tarte aux pacanes Rustique	210	880	35	47	12	0.3	62	165	460	20	133	44	3	11	67	10	0	0	8	14
Tarte aux pommes	230	1680	78	104	38	1	195	200	460	20	265	88	12	43	140	18	0	0	2	33
Gaufre	70	310	16	21	8	0.1	41	20	320	14	37	12	1	4	17	4	1	2	2	8
Barre de chia à la banane	75	320	20	27	4	0	20	0	170	7	32	11	7	25	9	10	0	0	4	25
Barre de chia aux canneberges	75	290	13	17	1	0.1	6	35	170	7	37	12	8	29	15	10	0	0	4	14
Barre de chia au chocolat	75	320	20	27	4	0	20	0	170	7	32	11	7	25	9	10	0	0	4	25

Theobroma Bouchées d'énergie 60% framboise	37	180	11	15	7	0.1	36	5	5	0	15	5	3	11	11	10	0	0	12	11
Theobroma Bouchées d'énergie 72% chocolat	37	180	12	16	7	0.1	36	5	5	0	13	4	3	11	8	10	0	0	12	14
Barre de guimauve	60	230	5	7	3	0	15	15	220	10	45	15	0	0	20	2	0	0	1	0
Croustade aux triple baies	111	350	15	20	7	0.1	36	0	180	8	50	17	3	11	24	4	0	0	2	8