

. FORMULES TRAITEUR .

I Le Menu Buffet "Duo d'Entrées" 9.30€

Une part de pizza *ou*
 Une part de quiche *ou*
 Un croque-monsieur *ou*
 Une tartine
 +
 Une assiette salade
 +
 Une boisson 33cl *ou*
 Une boisson 50cl *

I Le Menu Buffet "Plat - Dessert" 10.50€

Une assiette salade
 +
 Une pâtisserie au choix dans nos vitrines
 +
 Une boisson 33cl *ou*
 Une boisson 50cl *

I Le Menu Buffet "Gourmand" 11.90€

Une petite salade *ou*
 Une part de pizza *ou*
 Une part de quiche *ou*
 Un croque-monsieur *ou*
 Une tartine
 +
 Une assiette salade
 +
 Une pâtisserie au choix dans nos vitrines
 +
 Une boisson 33cl *ou*
 Une boisson 50cl *



* = +0.50 € sur le Menu.

. FORMULES SNACKING .

A Le Petit Déjeuner 6.10€

Une grande boisson chaude + Une orange pressée
 + Une viennoiserie *ou* ½ baguette Courtisane avec
 beurre et confiture

B La Pause Fournil 2.40€

Un expresso *ou* Une boisson 33cl + Une viennoiserie
ou ½ baguette Courtisane avec beurre et confiture

C La Pause Vitalité 3.50€

Une orange pressée + Une viennoiserie *ou*
 ½ baguette Courtisane avec beurre et confiture

D La Pause Goûter 4.80€

Une grande boisson chaude ou fraîche
 + Une viennoiserie *ou* Une pâtisserie

E Le Menu Enfant 5.50€

Une petite salade *ou* Un sandwich
 + Un cookie + Une boisson 33cl

F La Pause Sandwich 6.60€

Un sandwich + Une boisson 50cl

G Le Menu Pizza 6.60€

Une part de pizza + Une petite salade
 + Une boisson 33cl

H Le Menu Quiche 7.40€

Une part de quiche + Une petite salade
 + Une boisson 33cl

I Le Menu Salade 8.50€

Une grande salade + Un dessert + Une boisson 33cl

J Le Menu Sandwich 8.50€

Un sandwich + Un dessert + Une boisson 33cl

K Le Menu Pâtes Italiennes 8.30€

Une portion de pâtes + Un dessert + Une boisson 33cl

L Le Menu Plaisir 10.70€

Une assiette chaude + Un dessert + Une boisson 33cl

*Pour une garantie irréprochable de fraîcheur,
 certains produits peuvent manquer à la carte.
 Merci de votre compréhension.*

. CAFÉTÉRIA .

| | | | |
|---------------|-------|--------------------|-------|
| Café Espresso | 1.60€ | Café Crème | 2.40€ |
| Décaféiné | 1.60€ | Cappuccino | 2.40€ |
| Noisette | 1.60€ | Chocolat Tradition | 2.40€ |
| Café Allongé | 1.60€ | Grand Café | 2.40€ |

. THÉS . INFUSIONS .

| | |
|---|-------|
| Thé | 2.40€ |
| <i>À choisir parmi notre sélection de thés « Grandes Origines ».</i> | |
| Verveine | 2.40€ |
| Tilleul | 2.40€ |

. BOISSONS FRAÎCHES .

| | | | |
|---|-------|-------|-------|
| Les Eaux Minérales | 33 cl | 50cl | 150cl |
| Cristaline | - | 0.80€ | 1.30€ |
| Perrier | 1.80€ | - | - |
| Badoit | - | 1.80€ | - |
| San Pellegrino | - | 1.80€ | - |
| Les Eaux Minérales Aromatisées | | | |
| Citron, Fraise ... | - | 1.90€ | - |
| Les Sodas | 33 cl | 50cl | |
| Coca-Cola | 1.90€ | 2.40€ | |
| Coca-Cola « Light » | 1.90€ | 2.40€ | |
| Coca-Cola « Zéro » | - | 2.40€ | |
| Fanta Orange | 1.90€ | 2.40€ | |
| Orangina | 1.90€ | 2.40€ | |
| Sprite | - | 2.40€ | |
| Ice Tea Pêche | 1.90€ | - | |
| Schweppes Agrumes | 1.90€ | - | |
| Schweppes Lemon | 1.90€ | - | |
| Les Jus de Fruits | 33 cl | | |
| Minute Maid Orange | 1.90€ | | |
| Oasis Ananas | 1.90€ | | |
| Les Jus et Nectares du Pays Cathare* | 25 cl | | |
| Pomme | 2.40€ | | |
| Poire | 2.40€ | | |
| Pêche-Abricot | 2.40€ | | |
| Raisin | 2.40€ | | |
| Tomate | 2.40€ | | |
| Les Jus de Fruits Pressés | 25 cl | | |
| Oranges pressées | 2.90€ | | |
| Les Bières | 25 cl | | |
| Panaché | 1.90€ | | |
| Heineken * | 2.40€ | | |
| 1664 * | 2.40€ | | |

* = +0.50 €
 sur le Menu.

Sur place ou
 à emporter



**SNACKING À LA
 MÉDITERRANÉENNE**

CARTE HIVERNALE 2021 • 2022

*Saveurs
 Équilibre nutritionnel*



34, Avenue André Mécène • 11100 Narbonne • 04 68 65 63 63

Ne pas jeter sur la voie publique

. PAIN DE MIE COULEURS .

- 1 Jambon de Pays - Ail et fines herbes 5.80€**
Jambon de Pays - Fromage ail et fines herbes - Tomate
Emmental - Salade mâche

. PAIN NORDIQUE .

- Poulet - Tapenade de poivron 4.95€**
Poulet - Tapenade de poivron - Tomate - Fromage Bethmale
Feuille de chêne

. WRAPS .

(Galette de blé roulée)

- 4 Saumon fumé - St Moret 4.80€**
Saumon fumé - St Moret - Tomate - Concombre
Salade iceberg - Aneth
- 4B Jambon de pays - Crème curry 4.80€**
Jambon de pays - Crème curry - Tomate - Carotte
Salade iceberg

. PAINS BRIOCHÉS .

- 5 Pastrami - Sauce burger 4.95€**
Pastrami - Tomate - Parmesan - Sauce burger
Salade mélangée
- 6 Saumon fumé - Crème citron 4.95€**
Saumon fumé - Crème citron - Tomate - Concombre
Salade mâche

. BAGEL .

- Le Bagel Fraîcheur 4.95€**
Bacon - Œuf dur - Tomate - Feuille de chêne
Sauce burger

. PAINS CHAUDS .

- 25 L'Occitan 4.95€**
Chorizo - Tapenade d'artichaut - Poivron - Emmental
- 26 Le Méditerranéen 4.95€**
Thon - Fenouil - Emmental - Crème moutarde
- 27 Le Gaulois 4.95€**
Poulet pané - Tomate - Mozzarella - Crème basilic
- 28 Le Montagnard 4.95€**
Lardons - Reblochon - Tomate - Crème persil

. SANDWICHES PAIN AUTHENTIQUE .

- 13 Le Jambon - Beurre 3.70€**
Jambon blanc - Beurre - Cornichons
- 14 Le Jambon - Emmental 4.50€**
Jambon blanc - Emmental - Beurre - Cornichons
Salade mélangée
- 15 Le Saumon fraîcheur 4.95€**
Saumon fumé - Fenouil - Crème d'Aneth
Salade iceberg
- 16 Le Thon - Mayo 4.95€**
Thon - Mayonnaise - Œuf dur - Chou rouge
Olives noires - Salade iceberg
- 17 Le Jambon de pays 4.95€**
Jambon de pays - Tapenade de poivron - Tomate
Parmesan - Salade mélangée
- 18 Le Chateaubriand 4.95€**
Roti de bœuf - Oignon rouge - Torte catalane
Sauce barbecue - Salade mélangée
- 19 Le Poulet mariné 4.95€**
Poulet mariné aux épices (piment et paprika) - Emmental
Guacamole - Feuille de chêne rouge
- 20 Le Végétarien 4.95€**
Tomate - Chèvre - Betterave rouge - Crème persil
Feuille de chêne rouge

PROFITEZ DE NOMBREUX AVANTAGES
AVEC NOTRE CARTE DE FIDÉLITÉ !



- 1. Demandez le formulaire en caisse**
- 2. Renseignez vos informations**
- 3. Votre carte de fidélité vous est directement envoyée par voie postale à votre adresse !**

. PIZZA . QUICHE . TARTINE .

- 50 La part de pizza du jour 1.70€**
- 51 La part de quiche du jour 2.40€**
- 52 La tartine du jour 2.80€**

. PÂTES À L'ITALIENNE .

- 55 Fusilli 250 g 6.40€**
- 56 Tagliatelle 250 g 6.40€**
- 57 Penne 250 g 6.90€**
- Agrémentées de sauce au goût authentique au choix:
Bolognaise - Carbonara - Saumon - 4 Fromages

. SALADES . *Petite Grande*

- 40 La Salade Méditerranéenne 4.70€ 6.70€**
Thon - Pois chiches - Échalote
Curry - Sauce balsamique
- 41 La Salade Océane 4.70€ 6.70€**
Saumon braisé - Méli-mélo gourmand
Tomates cerises - Échalote - Sauce soja
- 42 La Salade Campagnarde 4.70€ 6.70€**
Fusilli - Lardons - Mozzarella
Tomates cerises - Ciboulette - Pesto

. ASSIETTES CHAUDES .

- 50 Émincé de poulet - Sauce basquaise 8.00€**
Émincé de poulet - Pâtes fusilli - Sauce basquaise
- 51 Rôti de bœuf - Sauce champignon 8.00€**
Rôti de bœuf - Haricots verts - Tomates cerises
Sauce champignon
- 52 Dos de cabillaud - Sauce safranée 8.00€**
Dos de Cabillaud - Riz - Ratatouille - Sauce safranée
- 53 Lasagnes de Bœuf 8.00€**
Viande hâchée de bœuf - Oignon - Sauce tomate
Emmental rapé - Crème - Origan

. DESSERTS .

Un large choix de pâtisseries fraîches
dans nos vitrines.



. TRAITEUR .

Les Suggestions Boulangères

- Croissant " Jambon Fromage " 2.20€**
Croissant - Béchamel - Jambon - Emmental
- Croissant " Roquefort " 2.90€**
Croissant - Béchamel - Cubes de roquefort
Noix de Périgord - Emmental
- Croissant " Savoyard " 2.90€**
Croissant - Béchamel - Pommes de terre - Lardons
Oignons - Fromage à raclette - Emmental
- Croque - Monsieur " Jambon Fromage " 2.40€**
Pain de mie - Béchamel - Jambon - Emmental
- Croque - Monsieur " Saumon " 2.90€**
Pain de mie - Béchamel - Saumon fumé - Rondelles de concombre
Crème fraîche épaisse - Ciboulette - Emmental - Graines de pavot
- Croque - Monsieur " Légumes " 2.90€**
Pain de mie - Béchamel - Légumes cuisinés - Emmental
Graines de tournesol

Les Assiettes " Salade "

- La Salade Norvégienne 7.50€**
Saumon fumé - Tomates cerises - Salade iceberg - Chèvre
Concombre - Sésame - Sauce citron
- La Salade Caesar 7.50€**
Filets de poulet panés - Œuf dur - Tomates cerises - Olives noires
Croûtons " Calina " - Sauce Caesar (Anchois, Ail, Mayo, Sel, Poivre)
Pétales de parmesan - Salade
- La Salade Gerçoise 7.50€**
Tomates cerises - Chèvre - Salade mâche
Figue - Betterave rouge - Sauce balsamique