

Menu midi (de 11 h à 16 h, tous les jours)



Les entrées

Potage du moment	4.25
Entrée de salade César	6.00
Rondelles d'oignons et trempette cajun	6.50
Chips maison et trempette cajun	6.00
Frites allumettes et mayo maison petite : 3.50 . . grande : 6.75	
Nachos avec salsa douce et crème sure. petit : 7.95 . . grand : 14.95	
Ailes de poulet (6) : 7.95 . . (12) : 13.95	
Dumplings de porc frits et sauce maison (4)	5.95
Rouleau croustillant au poulet et sauce maison	6.50

Les plats vedettes

Ces plats sont accompagnées de frites maison ou frites allumettes ou salade César ou salade jardinière.
Extra de 2.00 \$ si vous désirez moitié frites et moitié salade.

Baguette jambon et brie (servie avec frites ou salade)	13.95
Baguette saumon fumé (servie avec frites ou salade)	16.75
Wrap au poulet grillé (servi avec frites ou salade)	14.75
Panini dinde, jambon et bacon (servi avec frites ou salade)	15.75
Burger de bœuf, cheddar, bacon et mayo cajun.	17.75
(servi avec frites ou salade)	
Smoked-meat	16.75
(servi avec frites, salade de chou et cornichons)	
Salade César au poulet grillé et amandes	15.75
Club sandwich spécial Bistro ½ 12.95	14.95
(servi avec frites et salade de chou)	
Club sandwich spécial Bistro à partager (pour deux)	18.95
(servi avec frites et salade de chou)	
Poutine petite : 7.50 . . grande : 10.75	
Poutine Bistro	15.25
Steak-frites AAA, 6 oz.	19.95
(servi avec frites, salade jardinière et sauce)	

Les pizzas

	Mini (7 po)	Petite (9 po)	Médium (11 po)	Large (15 po)
Nature	9.25	12.50	18.10	23.80
Pepperoni	9.95	13.45	19.15	25.15
Garnie (pepperoni, fromage, champignons et poivrons verts)	11.50	14.60	21.25	27.25
Italienne (saucisse italienne, fromage, poivrons verts, origan)	11.50	14.60	21.25	27.25
Spécial Smoked-Meat (viande fumée, fromage, champignons, poivrons verts)	11.50	14.60	21.25	27.25
Végétarienne (oignons, poivrons, champignons, brocoli, tomate et fromage)	13.15	16.25	21.50	29.25
Mexicaine (sauce salsa, steak haché, fromage mozzarella et Monterey Jack, oignons, poivrons, olives noires)	13.50	18.10	28.25	38.75
Charcutière (pepperoni maison, salami, jambon, fromage Monterey jack, champignons, poivrons verts et oignon)	13.15	16.25	21.50	29.25
New York (Steak haché, bacon, jambon, fromage, oignons, poivrons verts, champignons)	14.60	18.80	29.65	39.80
Poulet grillé et Monterey Jack (poulet, fromage Monterey Jack, oignons, tomates, bacon)	14.60	18.80	29.65	39.80
Côtes levées et Monterey Jack (porc, fromage Monterey Jack, oignons, tomates, bacon)	14.60	18.80	29.65	39.80
Fruits de mer (crevettes, pétoncles, goberge et fromage dans une sauce blanche)	17.00	21.50	31.75	

*Ajoutez un extra viande ou un extra légume à votre pizza pour un léger supplément.

Pizza fine individuelle (pâte mince)

Ces pizzas sont accompagnées de frites maison ou frites allumettes

ou salade César ou salade jardinière. Extra de 2.00 \$ si vous désirez moitié frites et moitié salade.

Pizza fine au saumon fumé et fines herbes (fromage crème fines herbes, saumon, câpres, oignons et fromage mozzarella)	1/2 16.25	19.40
Pizza fine aux légumes et fromage chèvre (fromage de chèvre au pesto, poivrons, champignons, oignons, fromage mozzarella, brocoli et tomates)	1/2 14.25	17.30
Pizza fine au poulet grillé et Monterey Jack (poulet, fromage Monterey Jack, oignons, tomates et bacon)	1/2 15.30	18.50
Pizza fine aux côtes levées et Monterey Jack (porc, fromage Monterey Jack, oignons, tomates et bacon)	1/2 15.30	18.50
Pizza fine au canard confit, (dijonnaise et moutarde maison, oignons caramélisés et fromage mozzarella)	1/2 16.25	19.40
Pizza fine au prosciutto, (sauce Napolitaine, fromage mozzarella, tomates et oignons rouges)	1/2 15.30	18.50

Des petits accompagnements

Frites maison ou allumettes	petite 3.50	grande 6.75
Poutine (sauce brune ou BBQ)	petite 7.50	grande 10.75
Rondelles d'oignons.	6.50	

Déjeuner (jusqu'à 11 h en semaine et 14 h le week-end)

Les Cocktails matinaux

Smoothies aux fruits (fruits du jour)	4.25
Smoothies Vitalité (fruits du jour et yogourt)	5.25
Mimosa (bulles et jus d'orange) pour deux personnes	13.95

La sandwicherie du matin

(tous ces plats sont servis avec fruits frais et café)

Rôties et confiture maison (baguette, blanc, brun et multi-grains)	5.75
Sandwich matin (œuf, jambon ou bacon, fromage cheddar, le tout grillé entre deux tranches de pain de ménage)	7.95
Bagel (servi avec fromage à la crème et confiture maison)	6.50
Croissant au beurre et confiture maison	6.50
Croissant jambon et fromage (Le Tomme de Grosse-Île ou Le Riopelle de l'Isle de la Fromagerie de l'Isle)	10.95
Croissant ou Bagel matin (œuf, jambon ou bacon, fromage cheddar, laitue, tomate)	9.95
Méga grilled-cheese New York (œuf, jambon, bacon, fromage cheddar, oignons, tomates, le tout grillé entre deux tranches de pain de ménage)	10.95

Pour un matin santé

Bol de gruau maison aux flocons d'érable pur (servi avec choix de rôties, fruits frais et café)	6.95
Santé sur le pouce (Bagel ou choix de rôties, yogourt, fromage à la crème ou fromage cheddar, fruits frais et café)	9.50
La Fontaine Santé (Yogourt et muesli, fruits frais servis avec pain aux raisins ou choix de rôties et café)	10.95
La Défi-santé (œuf poché, fromage cheddar, yogourt, quatre-quarts aux bananes, fruits frais, choix de rôties et café)	12.50
L'Omelette santé (omelette aux blancs d'œufs et légumes, fromage cheddar, yogourt, fruits frais, choix de rôties et café)	12.50





Ici, les œufs sont à l'honneur

(tous ces plats sont servis avec fruits frais, fèves au lard, pommes de terre maison, choix de rôties et café)

Le Petit coco	10.50
(1 œuf au goût, bacon ou jambon ou saucisses ou creton ou fromage cheddar)	
Le Coco en duo	11.50
(2 œufs au goût, bacon ou jambon ou saucisses ou creton ou fromage cheddar)	
Le Côte-Sud (2 œufs au goût, bacon ou jambon ou saucisses	15.75
ou fromage cheddar, creton, crêpe avec sirop d'érable pur)	
Le Grand Duc	17.50
(2 œufs au goût, bacon, jambon, saucisses, creton, pâté à la viande et rôties)	
L'Omelette nature	10.25
L'Omelette aux 3 fromages	12.75
(Monterey Jack, cheddar et brie)	
L'Omelette jambon et fromage cheddar	12.75
L'Omelette aux légumes	13.25
(champignon, brocoli, oignons, asperges, poivrons)	
L'Omelette campagnarde (bacon, jambon, saucisses,	15.75
champignons, poivrons, oignons et fromage cheddar)	
L'Omelette de l'Île	15.75
(jambon, fromage Le Riopelle de l'Isle et oignons)	

Les bénédictines

(tous ces plats sont servis avec fruits frais, fèves au lard, pommes de terre maison, choix de rôties et café)

Le béné jambon	1 œuf : 11.95
(œuf poché et jambon sur muffin anglais avec sauce hollandaise)	
	2 œufs : 13.95
Le béné saumon	1 œuf : 15.95
(œuf poché et saumon sur muffin anglais avec sauce hollandaise)	
	2 œufs : 17.95
Le béné smoked-meat (œuf poché, smoked-meat	1 œuf : 13.95
et fromage suisse sur muffin anglais avec sauce hollandaise)	
	2 œufs : 15.95
Le béné duck (œuf poché, canard confit et oignons caramélisés	1 œuf : 15.95
sur muffin anglais avec sauce hollandaise)	
	2 œufs : 17.95
Le béné végé (œuf poché, champignons, asperges,	1 œuf : 12.95
poivrons, oignons et brocoli sur muffin anglais avec sauce hollandaise)	
	2 œufs : 14.95
Le béné sucré-salé (2 œufs pochés, bacon,	17.95
sur pain doré avec sauce hollandaise et flocons d'érable pur)	
Le béné à l'italienne (œuf poché, prosciutto, asperges,	1 œuf : 14.95
pesto-basilique sur muffin anglais avec sauce hollandaise)	
	2 œufs : 16.95

Les foodies déjeuners

(tous ces plats sont servis avec fruits frais et café)

La poutine déjeuner.15.75

(pomme de terre rôtie, fromage en grains, bacon, jambon, saucisse, oignons caramélisés, sauce hollandaise et œufs brouillés)

La pizza déjeuner15.75

(sauce hollandaise, bacon, jambon, saucisse, champignons, poivrons verts, fromage mozzarella et œufs au goût sur notre pâte à pizza maison, servie avec pomme de terre rôtie)

La fricassée campagnarde.15.75

(bacon, jambon, saucisses, oignons caramélisés, pommes de terre, sauce hollandaise, mozzarella et œufs au goût, servie avec fèves au lard)

La fricassée aux légumes14.75

(brocoli, champignons, asperges, poivrons, oignons, pommes de terre, sauce hollandaise, fromage mozzarella et œufs au goût, servie avec fèves au lard)

Les réveils sucrés

(tous ces plats sont servis avec fruits frais et café)

Crêpes (2) avec sirop d'érable pur10.75

Crêpe Bistro avec sirop d'érable pur12.95

(farci au jambon ou bacon et fromage)

Crêpe de la Fruiterie avec sauce au chocolat, crème anglaise ou sirop d'érable pur13.95

(farci de fruits frais, coulis de fraise et crème chantilly)

Crêpe hollandaise14.95

(farci de jambon et asperges, nappée de sauce hollandaise et gratinée, accompagnée de pommes de terre maison et fèves au lard)

Crêpe choco-banane12.95

(Nutella, banane et crème chantilly)

Crêpe aux pommes et sucre à la crème12.95

(garniture de pommes caramélisées, coulis de sucre à la crème maison et crème chantilly)

Pain doré maison et sirop érable pur.10.75

Pain doré Suprême17.75

(œufs brouillés, bacon, fromage Brie, canneberges sur pain doré accompagné de pommes de terre maison)



Les petits à côtés

Extra rôties aux choix	2.25	Fromage Brie,	3.00
Extra 1 œuf	1.00	Le Tomme de Grosse-Île ou Le Riopelle de l'Isle	
Extra sirop érable	2.00	Bacon, jambon ou saucisse . . .	2.75
Creton maison	1.75	Pâté à la viande	2.75
Fromage cheddar	2.00	Pomme de terre maison.	2.75
Crêpe (1)	4.00	Plat de yogourt seul	4.00
avec sirop d'érable pur		Plat de yogourt et muesli . . .	6.00
Fèves au lard.	1.75	Extra fruits frais	3.00
Nutella ou Cheez Whiz	1.00		

Les Pains

Pain ménage blanc ou brun, Baguette,
12 céréales : choix inclus

Muffins anglais ou bagel ou pain aux raisins extra : 1.50

Les Cafés

Tous nos déjeuners sont offerts avec café filtre à volonté
ou café allongé ou tasse de café au lait ou cappuccino
ou chocolat chaud (2^e tasses en supplément)



Les Breuvages

BREUVAGES FROIDS

Boisson gazeuse canette	2.60
Thé glacé.	2.60
Jus d'orange, de pomme	3.00
ou de canneberge	
Lait	3.00
Lait au chocolat	3.50
Jus de légumes V8.	3.00
Eau Eska	2.00
Eau pétillante Eska	3.00

BREUVAGES CHAUDS

Café filtre	2.60
Expresso ou allongé.	2.60
Cappuccino	3.50
Café au lait (latté). . . tasse :	3.50
. bol :	5.25
Chocolat chaud	2.60
Thé ou Tisane	2.60