

## SPÉCIALITÉS BARISTA

Café filtre . . . . . 4	LAIT D'OR . . . . . 7
Café infusé à froid . . . . . 5	curcuma, gingembre, cannelle, muscade, poivre
Espresso . . . . . 3,5	BOOSTER . . . . . 8
Americano . . . . . 4,5	citron, gingembre, curcuma, cayenne, miel
Cortado . . . . . 5	UBE CHAÏ LATTE . . . . . 9
Cappuccino . . . . . 5	ube, chaï, adaptogènes ALCAMI
Latte . . . . . 5,5	MACA MOCHA . . . . . 8
Matcha Latte . . . . . 6	maca, espresso, cacao, sirop d'érable
Chaï Latte . . . . . 6	LONDON UP . . . . . 8
London Fog . . . . . 6	London Fog, miel, ashwagandha
Thé . . . . . 5	

## BOLS SMOOTHIES

<b>MIAMI 19</b> açai, bleuets, cerises, banane, dattes, lait d'amande, yogourt noix de coco	<b>BALI 17</b> mangue, banane, ananas, orange, yogourt de noix de coco
<b>GARNITURES</b> banane, bleuets, fraises, cacao, beurre d'arachide, granola, graines de chanvre	<b>GARNITURES</b> banane, kiwi, mangue, baies de goji, granola, noix de coco, graines de lin, miel

## DÉJEUNER

<b>PAIN MULTIGRAINS 6</b> beurre d'arachide et confiture	<b>TARTINE AVOCAT 16</b> pico de gallo, pois chiches, feta, micro-pousses, pain multigrains
<b>PUDDING CHIA 11</b>	<b>SANDWICH GRAVLAX 17</b> saumon, fromage cottage à la crème, tomate, oignons, roquette, luzerne
<b>PARFAIT AU YOGOURT 12</b> yogourt grec, granola, fruits, miel	<b>SANDWICH DÉJEUNER 15</b> oeuf, bacon de dinde, fromage, tomate, roquette, mayonnaise
<b>GAUFRES PROTÉINÉES 15</b> protéines whey, fromage cottage, banane, yogourt grec, fruits, sirop d'érable	<b>GRILLED CHEESE 10</b> fromage cheddar et pain multigrains
<b>BRUNCH CLASSIQUE 17</b> oeufs brouillés, avocat, labneh, salade verte, pain multigrains	

## WRAPS

<b>WRAP DÉJEUNER 16</b> oeuf, fromage, pois chiches, patate douce, avocat, épinards, pico de gallo, sauce jalapeño, mayo chipotle	<b>WRAP POULET CÉSAR 17</b> poulet, bacon de dinde, parmesan, kale, oignons, jalapeño, croûtons, sauce césar au yogourt
<b>WRAP FALAFEL 17</b> falafel, labneh aux herbes, chou rouge, carotte, betteraves, romaine, oignons	<b>WRAP SALADE DE THON 17</b> thon, feta, céleri, câpres, cornichons, oignons, carotte, graines de citrouille, romaine, luzerne, sauce tahini et herbes

\*wrap sans gluten +3

## BOLS - SALADES - BOUILLON

<b>PETITE VERTE 8</b>	<b>BOUILLON D'OS</b> Tasse 6   1L 22
<b>SALADE SYDNEY 17</b> kale, épinards, roquette, avocat, concombre, menthe, quinoa, graines de citrouille, canneberges, oignons verts, levure alimentaire, vinaigrette au cidre de pomme	<b>BOL TULUM 17</b> brocoli, patate douce, avocat, pois chiches, épinards, jalapeño, coriandre, noix de coco, sauce tahini et herbes
<b>SALADE MILOS 16</b> tomate, concombre, poivron, roquette, romaine, pois chiches, feta, olives, aneth, oignons verts, croûtons, vinaigrette au vin rouge	<b>BOL SEOUL 17</b> kale, avocat, chou rouge, kimchi, carotte, quinoa, riz sauvage soufflé, sésame, sauce soja au gingembre

→ choix de riz brun ou riz de chou-fleur

## LAIT VÉGÉTAL

Amande 0,75	Noix de coco 0,75
Avoine 0,75	Macadamia 1,00

## BREUVAGES

<b>ELECTRO-BLEU</b> . . . . . 9
spiruline bleue, thé glacé, citron, eau de coco, sel de l'Himalaya, sirop d'érable
<b>CHERRY FIZZ</b> . . . . . 9
concentré de cerises acidulées, lime, sirop d'érable, soda

## JUS PRESSÉS À FROID

<b>BIO-BOOST SHOT</b> . . . . . 6
citron, gingembre, curcuma, cayenne
<b>SOLAR DAY</b> . . . . . 9
100% orange
<b>GREEN DAY</b> . . . . . 10
épinards, kale, concombre, pomme, citron, gingembre
<b>HEART DAY</b> . . . . . 10
betterave, épinards, pomme, citron

## SMOOTHIES 18oz

<b>RIO</b> . . . . . 14
açai, bleuets, cerises, dattes, banane, orange, kéfir, yogourt noix de coco
<b>ST-TROPEZ</b> . . . . . 14
avocat, kale, épinards, ananas, pomme, gingembre, citron, spiruline, yogourt de noix de coco
<b>NOSARA</b> . . . . . 14
mangue, ananas, orange, carotte, lait de coco
<b>NYC</b> . . . . . 14
banane, café, cacao, dattes, beurre d'arachide, cannelle, graines de chanvre, lait d'amande

## SUPPLÉMENTS / ADAPTOGÈNES

Créatine . . . . . 1
Ashwagandha . . . . . 2
Magnésium Glycinate . . . . . 2
Maca . . . . . 2
Huile MCT . . . . . 2
Vitamine C . . . . . 2
Matcha . . . . . 2,5
Collagène . . . . . 2,5
Poudre suppléments verts . . . . . 3
Spiruline bleue . . . . . 3
Adaptogènes ALCAMI . . . . . 3
<b>PROTÉINES</b>
Beurre d'arachide . . . . . 2
Yogourt grec . . . . . 3
Kéfir . . . . . 3
Protéine whey vanille . . . . . 3
Protéine de pois vanille . . . . . 3,5

c'est important pour nous:  
mayonnaise à l'huile d'avocat  
vinaigrette à l'huile d'olive

## PROTÉINES

feta	3,5	oeuf cuit dur	2,5	tofu au gingembre	5	falafels	5	salade de thon	6	gravlax de saumon	7	poulet	7
------	-----	---------------	-----	-------------------	---	----------	---	----------------	---	-------------------	---	--------	---

## BARISTA SPECIALTIES

Filtered Coffee . . . . .4	GOLDEN MILK . . . . .7
Cold Brew . . . . .5	turmeric, ginger, cinnamon, nutmeg, pepper
Espresso . . . . .3,5	BOOSTER . . . . .8
Americano . . . . .4,5	lemon, ginger, turmeric, cayenne, honey
Cortado . . . . .5	UBE CHAI LATTE . . . . .9
Cappuccino . . . . .5	ube, chai, ALCAMI adaptogens
Latte . . . . .5,5	MACA MOCHA . . . . .8
Matcha Latte . . . . .6	maca, espresso, cacao, maple syrup
Chai Latte . . . . .6	LONDON UP . . . . .8
London Fog . . . . .6	London Fog, honey, ashwagandha
Tea . . . . .5	

## SMOOTHIE BOWLS

**MIAMI 19**  
açai, blueberries, cherries, banana,  
dates, almond milk, coconut yogurt

**BALI 17**  
mango, banana, pineapple,  
orange, coconut yogurt

**TOPPING**  
banana, blueberries, strawberries,  
cacao, peanut butter, granola,  
hemp seeds

**TOPPING**  
banana, kiwi, mango, goji berries,  
granola, coconut, flax seeds, honey

## BREAKFAST

**MULTIGRAIN BREAD 6**  
peanut butter and jam

**AVOCADO TOAST 16**  
pico de gallo, chickpeas, feta,  
microgreens, multigrain bread

**CHIA PUDDING 11**

**GRAVLAX SANDWICH 17**  
salmon, tomato, onions, arugula,  
alfalfa,herbed cottage cream cheese

**YOGURT PARFAIT 12**  
Greek yogurt, granola, fruits, honey

**BREAKFAST SANDWICH 15**  
egg, turkey bacon, cheese, tomato,  
arugula, mayonnaise

**PROTEIN WAFFLES 15**  
whey protein, cottage cheese, banana,  
Greek yogurt, fruits, maple syrup

**CLASSIC BRUNCH 17**  
scrambled eggs, labneh, avocado,  
mixed greens, multigrain bread

**GRILLED CHEESE 10**  
cheddar cheese and multigrain bread

## WRAPS

**BREAKFAST WRAP 16**  
egg, cheese, chickpeas, sweet potato,  
avocado, spinach, pico de gallo,  
jalapeño sauce, chipotle mayo

**CHICKEN CAESAR WRAP 17**  
chicken, turkey bacon, parmesan,  
kale, onions, jalapeño, croutons,  
yogurt caesar sauce

**WRAP FALAFEL 17**  
falafel, herbed labneh, red cabbage,  
carrot, beets, romaine, onions

**TUNA SALAD WRAP 17**  
tuna, feta, celery, capers, pickles,  
onions, carrot, pumpkin seeds,  
romaine, alfalfa, tahini and herb sauce

\*gluten free wrap +3

## BOWLS - SALADS - BROTH

**LITTLE GREEN SALAD 8**

**BONE BROTH Cup 6 | 1L 22**

**SYDNEY SALAD 17**  
kale, spinach, arugula, avocado,  
cucumber, mint, quinoa, cranberries,  
green onions, pumpkin seeds, nutritional  
yeast, apple cider vinaigrette

**TULUM BOWL 17**  
broccoli, sweet potato, avocado,  
chickpeas, spinach, jalapeño, cilantro,  
coconut, tahini and herb sauce

**MILOS SALAD 16**  
tomato, cucumber, bell pepper, arugula,  
romaine, chickpeas, feta, olives, dill,  
green onions, croutons, red wine  
vinaigrette

**SEOUL BOWL 17**  
kale, avocado, red cabbage, kimchi,  
carrot, quinoa, puffed wild rice,  
sesame, ginger soy sauce

-> choice of brown rice or cauliflower rice

## MILK ALTERNATIVES

Almond 0,75    Coconut 0,75  
Oat 0,75    Macadamia 1,00

## BEVERAGES

**ELECTRO-BLUE 9**  
blue spirulina, iced tea, lemon,  
coconut water, Himalayan salt, maple  
syrup

**CHERRY FIZZ 9**  
tart cherry concentrate, lime,  
maple syrup, soda

## COLD-PRESSED JUICES

**BIO-BOOST SHOT 6**  
lemon, ginger, turmeric, cayenne

**SOLAR DAY 9**  
100% orange

**GREEN DAY 10**  
spinach, kale, cucumber,  
apple, lemon, ginger

**HEART DAY 10**  
beetroot, spinach,  
apple, lemon

## SMOOTHIES 18oz

**RIO 14**  
açai, blueberries, cherries,  
banana, dates, orange, kefir,  
coconut yogurt

**ST-TROPEZ 14**  
avocado, kale, spinach, apple,  
pineapple, ginger, lemon,  
spirulina, coconut yogurt

**NOSARA 14**  
mango, pineapple, orange,  
carrot, coconut milk

**NYC 14**  
banana, coffee, cacao, dates  
peanut butter, cinnamon,  
hemp seeds, almond milk

## SUPPLEMENTS / ADAPTOGENS

Creatine . . . . . 1  
Ashwagandha . . . . . 2  
Magnesium Glycinate . . . . . 2  
Maca . . . . . 2  
MCT oil . . . . . 2  
Vitamin C . . . . . 2  
Matcha . . . . . 2,5  
Collagen . . . . . 2,5  
Green supplements powder . . . . . 3  
Blue spirulina . . . . . 3  
ALCAMI adaptogens . . . . . 3

**PROTEINS**  
Peanut butter . . . . . 2  
Greek yogurt . . . . . 3  
Kefir . . . . . 3  
Vanilla whey protein . . . . . 3  
Vanilla pea protein . . . . . 3,5

we care:  
avocado oil mayonnaise  
olive oil vinaigrette

## PROTEINS

feta	3,5	hard boiled egg	2,5	ginger tofu	5	falafels	5	tuna salad	6	salmon gravlax	7	chicken	7
------	-----	-----------------	-----	-------------	---	----------	---	------------	---	----------------	---	---------	---