

SPÉCIALITÉS BARISTA				
Café filtre	4	LAIT D'OR		7
Café infusé à froid	5	curcuma, gingembre, cannelle, muscade, poivre		
Espresso	3,5	UBE CHAÏ LATTE		9
Americano	4,5	ube, chaï, adaptogènes ALCAMI		
Cortado	5			
Cappuccino	5	MACA FRAPPE		9
Latte	5,5	maca, espresso, cacao, sirop d'érable		
Matcha Latte	6,5			
Chaï Latte	6	MATCHA MANGUE OU FRAISE		9,5
London Fog	6			
Thé	5			
LAIT VÉGÉTAL				
 Amande 0,75	 Avoine 0,75	 Noix de coco 0,75	 Macadamia 1,00	

BOLS SMOOTHIES	
MIAMI 20	BALI 18
açaï, bleuets, cerises, banane, dattes, lait d'amande, yogourt noix de coco	mangue, banane, ananas, orange, yogourt de noix de coco
GARNITURES	GARNITURES
banane, bleuets, fraises, cacao, beurre d'arachide, granola, graines de chanvre	banane, kiwi, mangue, baies de goji, granola, noix de coco, graines de lin, miel

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

WRAPS	
WRAP DÉJEUNER 16	WRAP POULET CÉSAR 17
oeuf, fromage, pois chiches, patate douce, avocat, épinards, pico de gallo, sauce jalapeño, mayo chipotle	poulet, bacon de dinde, parmesan, kale, romaine, oignons, jalapeño, croûtons, sauce césar au yogourt
WRAP FALAFEL 17	WRAP SALADE DE THON 17
falafel, labneh aux herbes, chou rouge, carotte, betteraves, romaine, oignons	thon, feta, céleri, câpres, cornichons, oignons, carotte, graines de citrouille, romaine, luzerne, sauce tahini et herbes
WRAP DU PRINTEMPS 17	
poulet, sauce peanut, arachides, carotte, chou rouge, poivron rouge, romaine	
	*wrap sans gluten +3

BOLS - SALADES - BOUILLON	
PETITE VERTE 9	SALADE SYDNEY 18
BOUILLON D'OS Tasse 6 1L 22	kale, épinards, roquette, avocat, concombre, menthe, quinoa, graines de citrouille, canneberges, oignons verts, levure alimentaire, vinaigrette au cidre de pomme
BOL TULUM 18	SALADE MILOS 17
brocoli, patate douce, avocat, pois chiches, épinards, jalapeño, coriandre, noix de coco, sauce tahini et herbes	tomate, concombre, poivron, roquette, romaine, pois chiches, feta, olives, aneth, oignons verts, croûtons, vinaigrette au vin rouge
*choix de riz brun ou riz de chou-fleur	SALADE CÉSAR AU POULET 23
BOL SEOUL 18	poulet, bacon de dinde, parmesan, avocat, kale, romaine, oignons verts, croûtons, sauce césar au yogourt, citron
kale, avocat, chou rouge, kimchi, carotte, quinoa, riz sauvage soufflé, sésame, sauce soja au gingembre	
*choix de riz brun ou riz de chou-fleur	

PROTÉINES

feta	3.5	oeuf cuit dur	2.5	tofu au gingembre	5	salade de thon	6	gravlax de saumon	7	poulet	7
------	-----	---------------	-----	-------------------	---	----------------	---	-------------------	---	--------	---

BREUVAGES	
ELECTRO-BLEU	9
spiruline bleue, thé glacé, citron, eau de coco, sel de l'Himalaya, sirop d'érable	
CHERRY FIZZ	9
concentré de cerises acidulées, lime, sirop d'érable, soda	
LIMONADE AUX BLEUETS	8
JUS PRESSÉS À FROID	

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

SMOOTHIES DELUXE	
SHORTCAKE	18
protéine vanille, fraise, dattes, cajou, avoine, lait d'avoine	
BLUE VELVET	18
spiruline bleue, mangue, ananas, banane, chou-fleur, dattes, chanvre, vanille, lait de coco	

SMOOTHIES 18oz	
RIO	14
açaï, bleuets, cerises, dattes, banane, orange, kéfir, yogourt noix de coco	
ST-TROPEZ	14
avocat, kale, épinards, ananas, pomme, gingembre, citron, spiruline, yogourt de noix de coco	
NOSARA	14
mangue, ananas, orange, carotte, lait de coco	
NYC	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
PROTÉINES	
Beurre d'arachide	2
Yogourt grec	3
Kefir	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

✦

BARISTA SPECIALTIES			
Filtered Coffee	4	GOLDEN MILK	7
Cold Brew	5	turmeric, ginger, cinnamon, nutmeg, pepper	
Espresso	3,5	UBE CHAI LATTE	9
Americano	4,5	ube, chai, ALCAMI adaptogens	
Cortado	5	MACA FRAPPE	9
Cappuccino	5	maca, espresso, cacao, maple syrup	
Latte	5,5	STRAWBERRY OR MANGO MATCHA	9,5
Matcha Latte	6,5		
Chai Latte	6		
London Fog	6		
Tea	5		
MILK ALTERNATIVES			
 Almond 0,75  Oat 0,75  Coconut 0,75  Macadamia 1,00			

SMOOTHIE BOWLS			
MIAMI 20		BALI 18	
açai, blueberries, cherries, banana, dates, almond milk, coconut yogurt		mango, banana, pineapple, orange, coconut yogurt	
TOPPINGS		TOPPINGS	
banana, blueberries, strawberries, cacao, peanut butter, granola, hemp seeds		banana, kiwi, mango, goji berries, granola, coconut, flax seeds, honey	

BREAKFAST	
MULTIGRAIN BREAD 6	AVOCADO TOAST 16
peanut butter and jam	pico de gallo, chickpeas, feta, microgreens, multigrain bread
CHIA PUDDING 11	
YOGURT PARFAIT 12	GRAVLAX SANDWICH 17
Greek yogurt, granola, fruits, honey	salmon, tomato, onions, arugula, alfalfa, herbed cottage cream cheese
PROTEIN WAFFLES 15	BREAKFAST SANDWICH 15
whey protein, cottage cheese, banana, Greek yogurt, fruits, maple syrup	egg, turkey bacon, cheese, tomato, arugula, mayonnaise
CLASSIC BRUNCH 17	GRILLED CHEESE 10
scrambled eggs, labneh, avocado, mixed greens, multigrain bread	cheddar cheese and multigrain bread

WRAPS	
BREAKFAST WRAP 16	CHICKEN CAESAR WRAP 17
egg, cheese, chickpeas, sweet potato, avocado, spinach, pico de gallo, jalapeño sauce, chipotle mayo	chicken, turkey bacon, parmesan, kale, romaine, onions, jalapeño, croutons, yogurt caesar sauce
WRAP FALAFEL 17	TUNA SALAD WRAP 17
falafel, herbed labneh, red cabbage, carrot, beets, romaine, onions	tuna, feta, celery, capers, pickles, onions, carrot, pumpkin seeds, romaine, alfalfa, tahini and herb sauce
SPRING WRAP 17	
chicken, peanut sauce, crispy peanuts, red cabbage, bell pepper, romaine	
	*gluten free wrap +3

BOWLS - SALADS - SOUP			
LITTLE GREEN SALAD 9	SYDNEY SALAD 18		
BONE BROTH CUP 6 1L 22	kale, spinach, arugula, avocado, cucumber, mint, quinoa, cranberries, green onions, pumpkin seeds, nutritional yeast, apple cider vinaigrette		
TULUM BOWL 18	MILOS SALAD 17		
broccoli, sweet potato, avocado, chickpea, spinach, jalapeñ, cilantro, coconut, tahini and herb sauce	tomato, cucumber, bell pepper, arugula, romaine, chickpeas, feta, olives, dill, green onions, croutons, red wine vinaigrette		
*choice of brown rice or cauliflower rice	CHICKEN CAESAR SALAD 23		
SEOUL BOWL 18	chicken, turkey bacon, parmesan, avocado, kale, romaine, green onion, croutons, yogurt caesar sauce, lemon		
kale, avocado, red cabbage, kimchi, carrot, quinoa, puffed wild rice, sesame, ginger soy sauce			
*choice of brown rice or cauliflower rice			

PROTEINS

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

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	
BLUEBERRY LEMONADE	8

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	

DELUXE SMOOTHIES	
SHORTCAKE	18
vanilla protein, strawberry, dates, cashew, oats, oat milk	
BLUE VELVET	18
blue spirulina, mango, pineapple, banana, cauliflower, dates, hemp, vanilla, coconut milk	

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