

# SALADES

## Végétarienne

Salade, aubergines grillées, courgettes grillées, carottes grillées, avocat, pesto

14 €

A 10

## L'écossaise

Salade, pain de mie toasté, saumon bio, tomates, câpres, beurre salé, citron

18 €

A 146

## Antipasti

Salade, jambon de Parme, aubergines grillées, courgettes grillées, fonds d'artichauts, parmesan, vinaigrette

17 €

A 1612

## Italienne

Salade, tomates, mozzarella, basilic, huile d'olive

13 €

A 1

## Soleilla

Salade, tomates séchées, œuf dur, aubergines grillées, vinaigrette

14 €

A 3

## Grecque

Salade, fêta, olives, oignons rouges, basilic, huile d'olive

13 €

A 1612

## César

Salade, poulet, croûtons, pignons, parmesan, tomates, sauce césar

15 €

A 13612

## Niçoise

Salade, thon, concombre, radis, olives noires, œuf, tomates, oignons frais, et huile d'olive

16 €

A 34



PETITE SALADE + FRITES = PRIX D'1 SALADE

# PASTA - WOKS

## Wok du jour

17 €

A 6

## Pasta du jour

selon l'inspiration du chef

16 €

A 26

Option sans gluten sur demande + 2 €



# CLUBS SANDWICHES

Sur une base de 3 tranches de pain de mie complet toasté. Sur place uniquement.

## Classique

Pain de mie toasté, jambon blanc, œuf, tomate, salade, pesto

14 €

A | 3 | 6 | 10

## Jambon de Parme

Pain de mie toasté, jambon de Parme, aubergines grillées, tomate, pesto, salade

15 €

A | 6 | 10

## Saumon

Pain de mie toasté, saumon bio, tomate, mayonnaise, salade

16 €

A | 3 | 4 | 6 | 12

## Italien

Pain de mie toasté, tomate, mozzarella, salade, pesto

13 €

A | 1 | 6 | 10

## SANDWICHES À EMPORTER UNIQUEMENT

1/2 baguette, jambon, beurre, cornichon, salade

6,50 €

A | 1 | 6

1/2 baguette, jambon de parme, chèvre, sirop d'agave, salade

7 €

A | 1 | 6

## FORMULE

sandwich + boisson

10,50 €

Tous nos plats sont accompagnés de salade, de frites surgelées ou de légumes du jour.

## MENU ENFANTS

(JUSQU'À 10 ANS)

11,90€

Nugget's de poulet

A | 1 | 6

Steak haché (environ 100gr)

Cheesburger

A | 1 | 6

Pasta du jour

+ Desserts au choix

+ Verre de sirop

## FORMULE-S

Formule<sup>2</sup> uniquement du lundi au vendredi

**Plat du Jour** 13,90 €

**L'Express** 16,90 €

plat du jour, une boisson\*, café

**Le Chef** 22,50 €

Plat du jour, dessert, une boisson\*, café

**Le malin** 18,50 €

Plat du jour, dessert ou café gourmand

Suppléments :

Frites<sup>1</sup>, riz, légumes ou salade 3 €

\*Une boisson = verre de vin, ou soda ou jus de fruit 33cl, ou eau minérale 50cl (plate ou gazeuse)

TOUTES NOS GRILLADES SONT CUITES À LA PLANCHA  
ACCOMPAGNÉES DE FRITES ET DE SALADE COMPOSÉE



## GRILLADES

<b>Entrecôte</b> 250 grs	20 €
<b>Entrecôte XXL</b> 450 grs	35 €
<b>Faux-Filet</b> 250 grs	18 €
<b>Foie d'agneau pesto</b> 200 grs	15 €
	<b>A 10</b>
<b>Pavé de bœuf</b> 250 grs	20 €
<b>Viande maturée</b>	Prix selon la race à viande

## BURGER

<b>Burger chèvre</b> 150 grs	17 €
Pain bun's, steak haché, chèvre, confiture d'oignons, pomme, tomate, sirop d'agave	<b>A 16</b>
<b>Burger chicken</b> 150 grs	17 €
Pain bun's, salade, poulet, emmental, galette de pomme de terre, sauce mayonnaise	<b>A 13612</b>
<b>Burger italien</b> 150 grs	17 €
Pain bun's, steak haché, mozzarella, tomates séchées, pesto	<b>A 1610</b>
<b>Burger végété</b> 150 grs	17 €
Pain bun's, salade, tomate, galette végété du jour, confit d'oignons, fromage rapé	<b>A 6</b>

## TARTARE

<b>Tartare de bœuf classique</b> 250 grs	15 €
Bœuf haché, échalotes, cornichons, câpres, persil, moutarde, huile d'olive, shoyu, jaune d'œuf	<b>A 23612</b>
<b>Tartare de bœuf façon Bio&amp;Co</b> 250 grs	18 €
Bœuf haché, échalotes, cornichons, câpres, persil, moutarde, huile d'olive, shoyu, jaune d'œuf, tomates séchées, gingembre, oignons rouges, confitures d'oignons, amandes effilées	<b>A 12367</b>
<b>Tartare de bœuf façon thaï</b> 250 grs	18 €
Bœuf haché, échalotes, cornichons, câpres, persil, moutarde, huile d'olive, shoyu, jaune d'œuf, tomates séchées, gingembre, germes de soja, coriandre	<b>A 23612</b>
<b>Tartare italien</b> 250 grs	19 €
Bœuf haché, échalotes, cornichons, câpres, persil, moutarde, huile d'olive, shoyu, jaune d'œuf, tomates séchées, fromage de chèvre, confiture d'oignons	<b>A 123612</b>

NOS ÉLEVEURS NOUS GARANTISSENT LA TRAÇABILITÉ. ET LA QUALITÉ DE CHACUNE  
DES ÉTAPES DE LA FILIÈRE BIO. **LE BŒUF** : RACES NOBLES ET RUSTIQUES (LIMOUSINE,  
AUBRAC, SALERS). **PROVENANCE** : AUVERGNE ET MASSIF CENTRAL.  
**PRÉPARATION** : EN TEMPS RÉEL PAR NOTRE BOUCHER BIO&CO.

# Le Comptoir

Un restaurant traditionnel dont tous les plats 100% Bio sont préparés, cuisinés maison avec des produits locaux et issus de l'agriculture biologique disponibles dans nos magasins Bio&Co le Marché.

Notre principal fournisseur pour la matière première est le Marché Bio&Co, le magasin situé à côté du restaurant. La collaboration entre 'Le Comptoir' et 'le Marché' vous permet de vous faire découvrir des produits sains et de saison.

Les Produits sont sans OGM

## LES ALLERGÈNES

Listing établi à partir des informations communiquées par nos fournisseurs et selon nos recettes. *Cette information ne tient pas compte des contaminations croisées pouvant avoir lieu chez les fournisseurs et dans nos restaurants.*

Listing des allergènes répondant au règlement INCO n° 1169/2011 concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires

Lait (y compris le lactose)	1
Soja	2
Œufs	3
Poissons	4
Crustacés	5
Céréales contenant du gluten	6
Fruits à coque	7
Graine de sésame	8
Anhydride de sulfureux et sulfites	9
Arachide	10
Céleri	11
Moutarde	12
Mollusques	13
Lupin	14

À retrouver  
dans le menu

A | 1 | 12

Restaurant certifié ECOCERT

## | CÔTÉ MATIN |

### PETITS DÉJEUNERS

#### L'Express

A | 1 | 6

3,90 €

Café ou thé, 2 tartines 1/3 de baguette (beurre et confiture du moment)

#### Le Tradi

A | 1 | 6

5,90 €

Café ou thé, 2 tartines (beurre et confiture du moment) 1 jus de fruit 20cl

#### Le Complet

A | 1 | 3 | 6

7,90 €

Café ou thé, 2 tartines (beurre et confiture du moment) 1 jus de fruit 20cl, 1 tranche de jambon ou 1 œuf au plat

# VINS & BOISSONS

## VINS BIO

Verre de vin 15 cl 2,70 €

Domaine la Cadenièrre Bio\* (rouge, blanc, rosé)

Coteaux d'Aix en Provence

Le pichet 1/4 litre 4,50 €

1/2 litre 8 €

Domaine Pinchinat Côtes de Provence (rouge, rosé)

La bouteille 75 cl 16 €

## BIERES BIO

33 cl 4,90 €

Sturm blonde, Moulin d'Asq blonde, blanche, ambrée et triple,  
Châtaigne, Quinoa, Blonde sans alcool, sans gluten

## SODAS BIO

33 cl 3,90 €

Cola, Cola au sirop d'agave, limonade, Biobul citron vert,  
cola guarana, orangeade

## JUS DE FRUITS BIO

20 cl 3,90 €

Orange, tomate, raisin, pomme, pamplemousse rose, carotte

## JUS DE FRUITS FRAIS

33 cl 4,50 €

## EAUX MINÉRALES

1 litre 5,50€ - 1/2 litre 4,50 €

Celtic (plate, pétillante, pétillante forte)

\*selon disponibilité



# Bio & Co

## le Comptoir


RESTAURATION  
100% BIO

PLAT DU JOUR

SUGGESTION SUR ARDOISE

PRODUITS DU MARCHÉ

PLAT DU JOUR VÉGÉTARIEN



Tous nos produits  
sont issus de l'agriculture  
biologique et disponibles  
au Bio&Co Le Marché.

## DESSERTS

6,00 €

- A 3 Mousse au chocolat
- A 3 Moelleux choco mi-cuit  
Salade de fruits
- A 1|3|6 Tarte du moment
- A 1|3|6 Dessert du jour

## CAFÉ OU THÉ GOURMAND

6,50 €

### BOISSONS CHAUDES BIO

- Café, déca, noisette 2 €
- Américain 2,20 €      Café crème 3,20 €
- Thé, infusion 2,50 €
- Capuccino et chocolat chaud (lait de vache ou lait de riz) 3,60 €

## LES COUPES

Glaces : Vanille Bourbon, Chocolat, Café, Noisette, Pistache, Rhum raisins  
Sorbets : Citron, Fraise, Framboise, Poire

- 1 boule 4 €      2 boules 7 € €
- 3 boules 9,90 €

Accompagné de chantilly maison + biscuit A 1|3|6

## LES COUPES COMPOSÉES

11,90 €

- Chocolat liégeois A 1|3|6
- Café liégeois
- Banana split

## LES COUPES DU CHEF

11,90 €

A 1|2|3|6|7

**La casse-noisette** : 2 boules noisette, 1 boule vanille, purée de noisette au sucre de canne, amandes effilées, pralin chantilly maison et biscuit

**La fraîcheur de saison** : sorbet fraise, framboise, poire, fruit de saison, coulis fruit rouges, amande effilées, meringue locale

**La Mambo** : 2 boules noix de coco, 1 boule chocolat, coulis chocolat, banane chips, noix de coco râpée, chantilly maison, biscuit

**Café glacé** : 2 boules vanille, café allongé, chantilly, cannelle en poudre

# Bio & Co

## le Comptoir



### LES DESSERTS