

Un menu frais et parfumé



Avec plaisir

Les plaisirs de la table
au bureau



Juin 10

Mini-pizza tomate et basilic frais, trait d'huile d'olive

Tomate et feta à l'origan

Salade de couscous israélien, asperge et poireau

Salade de fèves germées et orange, herbes aromatiques

Muffin anglais tomate, œuf et fenouil, aioli léger à la moutarde

Sandwich capicollo et poivrons marinés aux fines herbes

Mousseux de yaourt et mandarine



\$15 / pers.
minimum 5 invités

Les fines herbes :

Elles sont nutritives, apportent plusieurs antioxydants et aident à lutter contre la maladie.



**Le Conseil d'Isabelle Huot,
Dre en nutrition**

Boissons énergétiques

Si les boissons énergisantes fournissent de l'énergie, c'est principalement grâce au sucre et à la caféine qu'elles contiennent. Tout dépendant de la marque, on y retrouve de 5 à 13 carrés de sucre par boisson, donc une source considérable de calories, ainsi que l'équivalent de 1 à 3 cafés.

Pour une petite dose d'énergie santé, pourquoi ne pas opter plutôt pour un bon jus de fruits 100 % naturel? En plus de fournir une petite dose de glucides (donc d'énergie), le jus de fruits renferme aussi plusieurs éléments nutritifs!



Concours

En juin, faites-nous parvenir votre feuille de commentaires complétée et courez la chance de gagner :

Un des 4 certificat-cadeaux d'Origine Bistro, notre bistro-terrasse situé sur le Quai King-Edward, Quais du Vieux-Port de Montréal.

Une valeur de 50\$ par prix.



Montréal: 514.272.1511
Laval: 450.981.1111

Menu disponible du 1^{er} au 30 juin 10