

## PETIT DEJEUNER / BRUNCH

Croissants, pain au choc

Baguette et pain au levain

Meil et confitures

Jus des fruits

Lait, Lait Amande/soy/avoine

Fromage blanc

Chia pudding – coco / mangue / fruits rouge

Bircher müsli – pomme & gingembre / choc & Maca / Blueberry & Acai

Bol de fruits / salade crudités coupés – selon saison

Tea, Infusion, Cafe (option decaf)

### OPTION CHAUD

OEuf poché/brouillés/plat

OEuf poché, épinards sur pain (ou pain GF)

OEufs brouillés et champignons shitake

OEufs à la coque hachés, mayo, capres et aneth sur du pain noir

Omelette asiatique, piment, soja, riz, pois

Avocado toast avec OEuf poché

Galette 'anti-inflammatoire' avoine, quinoa, farine de châtaigne,, curcuma, épinards, champignons

Crepes