

## Le départ

**Potage du jour .. 4,75**  
*Soup of the day*

**Soupe à l'oignon gratinée .. 6,95**  
*French onion soup*

\* **Assiette de cochonaille** (prociutto, pancetta, salami Hongrois et légumes grillés) .. 15,95  
*Antipasto plate (prosciutto, pancetta, hungarian salami & grilled vegetables)*

**Assiette de pâté au poivre .. 7,50**  
*Pepper paté platter*

\* **Assiette de fromages (3) et fruits .. 15,95**  
*Cheese platter (3) & fruit*

\* **½ Salade César (\*sans croutons) .. 9,50**  
*½ Caesar salad (\*without croutons)*

\* **½ Salade Grecque .. 9,50**  
*½ Greek salad*

**Pain à l'ail .. 4,50**  
*Garlic bread*

**Pain à l'ail au gratin .. 5,50**  
*Garlic bread au gratin*

\* **Escargots à l'ail .. 7,95**  
*Garlic snails*

\* **Escargots à l'ail au gratin .. 8,95**  
*Garlic snails au gratin*

\* **Cocktail de crevettes sauce Thaï .. 10,95**  
*Shrimp cocktail Thai sauce*

\* **Assiette classique de saumon fumé .. 11,95**  
*Classic smoked salmon plater*

**Bruchetta .. 6,95**

**Bruchetta au gratin .. 7,95**

**Baluchon de camembert et son coulis de poires .. 8,95**  
*Filo pastry filled with camembert & it's pear coulis*

**Baluchon d'escargots, poireaux, champignons, camembert et ail .. 10,95**  
*Filo pastry filled with snails, leek, mushrooms, garlic & camembert*

\* **Champignon Portabello, farci au prociutto, pesto, bruchetta, gratiné au chèvre .. 8,95**  
*Portabello mushroom stuffed with prosciutto, pesto, bruchetta & goat cheese*

**Nachos .. 12,95**  
(salsa, échalottes, olives Kalamata, tomates)  
*Nachos (salsa, shallots, kalamata olives, tomatoes)*

**Nachos au poulet .. 16,95**  
(poulet, salsa, échalottes, olives Kalamata, tomates)  
*Chicken Nachos (chicken, salsa, shallots, kalamata olives, tomatoes)*

## Une touche de fraîcheur

\* **Du Ruisseau** (salade Méli-Mélo) .. 8,95  
*House salad*

\* **La Grecque** (laitue, féta, tomates, concombres, poivrons, olives Kalamata) .. 13,95  
*Salad, feta cheese, cucumbers, peppers, kalamata olives*

\* **La César** (la fameuse recette de Camille) (\*sans croutons) .. 13,95  
*Camille's famous recipe (\*without croutons)*

\* **La César au poulet** (poitrine de poulet grillée) (\*sans croutons) .. 17,95  
*Served with grilled chicken breast (\*without croutons)*

\* **La César aux crevettes (6)** (\*sans croutons).. 17,95  
*Caesar salad with grilled shrimps (6) (\*without croutons)*

\* **Du Marché** (pousses d'épinards, bacon, champignons, pommes, vinaigrette à l'érable) .. 13,95  
*Baby spinach, bacon, mushrooms & apples with a maple dressing*

\* **L'Orientale** (riz, fèves germées, épinards, légumes, noix cajou, raisins secs) .. 13,95  
*Rice, bean sprouts, spinach, vegetables, dried raisins & cashews*

\* **La Pacifique** (saumon grillé, servi sur un lit de laitue) .. 18,95  
*Grilled salmon served on a bed of lettuce*

\* **Du Lac Leamy** (thon, cari, cajous) .. 12,95  
*Tuna, curry & cashews*

## Trio de salades

**Créez votre propre trio .. 15,95**  
*Create your own trio*

- \* Salade César/Caesar salad
- \* Salade Méli-Mélo/House salad
- \* Salade Grecque/Greek salad
- \* Salade Du Marché (pousses d'épinards, bacon, pommes, vinaigrette à l'érable)/Du Marché (baby spinach, bacon, apples with a maple dressing)
- \* Salade du Lac-Leamy (thon, cari, cajous)/Du Lac-Leamy Salad (Tuna, curry & cashews)
- \* Salade de pâtes au pesto (pennes, pesto et parmesan frais)/Pesto pasta salad
- \* Salade de pois chiches et fromage féta/Chick peas & feta cheese salad,
- Salade de couscous aux fruits frais/Fresh fruit couscous salad
- \* Salade orientale (riz, fèves germées, épinards, légumes, noix cajou, raisins secs)/Oriental salad (rice, bean sprouts, spinach, vegetables, cashews, raisins)



\*Items sans gluten / Gluten free item

# Les cafés

**Régulier, décaféiné .. 2,75**  
*Regular, decaf*

**Thé, tisane .. 2,75**  
*Tea, herbal tea*

**Thé Earl Grey ou thé vert .. 2,85**  
*Earl Grey tea or green tea*

**Espresso .. 3,65**

**Espresso double .. 4,45**

**Café latté (bol) .. 4,45**

**Cappuccino .. 4,45**

**Arômatiser votre café!** (essence de crème irlandaise, de crème de menthe, d'amande, de chocolat blanc, de noisette, de vanille ou de banane) .. 0,85  
*Add flavor to your coffee! (Irish cream, crème de menthe, almond, white chocolate, hazelnut, vanilla or banana extract*

**Mocaccino** (espresso, sirop de chocolat, lait vapeur, crème fouettée) .. 4,95  
*Espresso, chocolate syrup, steamed milk & whipped cream*

**Le Loch ness** (espresso, sirop de chocolat, essence de crème irlandaise, lait vapeur et crème fouettée) .. 4,95  
*Espresso, chocolate syrup, Irish cream extract, steamed milk & whipped cream*

**Le Cool** (espresso, sirop de chocolat, essence de crème de menthe, lait vapeur et crème fouettée) .. 4,95  
*Espresso, chocolate syrup, crème de menthe extract, steamed milk & whipped cream*

**L'Altitude** (espresso, essence d'amande et de chocolat blanc, lait vapeur et crème fouettée) .. 4,95  
*Espresso, almond & white chocolate extract, steamed milk & whipped cream*

**L'Exotique** (espresso, sirop de chocolat, essence de noisettes et de banane, lait vapeur et crème fouettée) .. 4,95  
*Espresso, chocolate syrup, hazelnut & banana extract, steamed milk & whipped cream*



Ce logo est destiné aux personnes désirant diminuer leur consommation de gluten, et non à celles souffrant de maladie cœliaque, de graves intolérances ou d'allergies au gluten sévères. En raison des risques possibles de contamination croisée durant la manipulation et la cuisson des aliments, le risque zéro n'existe pas. Bien que tous les efforts soient faits pour les éviter, nous ne pouvons être tenus responsables de tout incident lié à la consommation d'un de ces produits.



# Les gâteries

**\*Salade fruits frais maison .. 5,95**  
*Fresh fruit salad*

**Gâteau colossal aux carottes .. 6,95**  
*Carrot cake*

**Gâteau fromage nature avec fruits frais .. 6,95**  
*New York cheese cake with fresh fruit*

**Gâteau croustillant au chocolat .. 6,95**  
*Crispy chocolate mousse cake*

**Tarte au sucre maison .. 5,95**  
*Home made sugar pie*

# Les coupe-soif

**Jus d'orange, pamplemousse, pommes ou canneberges .. 1,95 .. 2,75**  
*Orange juice, Grapefruit juice, Apple juice or Cranberry juice*

**Jus de tomates ou V8 .. 2,75**  
*Tomato juice or V8*

**Lait .. 2,25 .. 2,90**  
*Milk*

**Lait au chocolat .. 2,50 .. 3,15**  
*Chocolate milk*

**Chocolat chaud** (servi avec guimauves et crème fouettée) .. 2,95  
*Hot chocolate with marshmallows & whipped cream*

**Boissons gazeuses .. 2,65**  
*Soft drinks*

**Thé glacé/limonade .. 2,85**  
*Ice tea/lemonade*

**Eau Perrier 330 ml .. 2,95**  
*Perrier water*

**Pellegrino 1 litre .. 6,95**

**Eau de source .. 1,85**  
*Spring water*



\*Items sans gluten / Gluten free item

## Les grillades et poissons

**Filet de Tilapia en croute à la coriandre, lime et noix de pins .. 17,95**  
*Tilapia with a cilantro & pine nut crust*

**Filet de sole au poivre et citron .. 17,95**  
*Lemon pepper sole filet*

**\* Filet de saumon grillé cajun .. 19,95**  
*Grilled cajun salmon filet*

**\* Truite aux noix de pins grillées .. 19,95**  
*Trout filet with grilled pine nuts*

**Le duo de saucisses italiennes .. 15,95**  
*Duo of Italian sausages*

**Brochette satay, sauce aux arachides, choix de :**  
*Satay brochette with peanut sauce, choice of:*

**poulet/Chicken .. 15,95**  
**crevettes/Shrimp .. 17,95**

### \* Les steaks

*(Les steaks sont tous sans gluten sans sauce / Steaks are all gluten free without sauce)*

**Bavette de bœuf au vin rouge .. 22,95**  
*Flank steak with red wine sauce*

**Entrecôte de bœuf 10 oz sauce au poivre  
ou bourgeoise .. 27,95**  
*Sirloin steak 10 oz, pepper or mushroom sauce*

**Filet mignon AAA 8 oz sauce au poivre ou bourgeoise .. 32,95**  
*Beef tenderloin AAA 8 oz, pepper or mushroom sauce*

**\* Ajoutez des crevettes à l'ail (6) .. 6,95**  
*Add garlic shrimps (6)*

**\* Ajoutez des champignons ou asperges sautées .. 2,95**  
*Add grilled mushrooms or asparagus*

Tous servis avec riz et choix de salade ou légumes  
*All served with pilaf rice & choice of fresh vegetables or house salad*  
Remplacez la salade Méli-Mélo pour de la salade César 2,00  
*Replace house salad with a Caesar salad*

## Pour les plus jeunes

**Pizza au fromage .. 6,95**  
*Cheese pizza*

**Pizza pepperoni fromage .. 7,95**  
*Pepperoni and cheese pizza*

**Spaghetti bolognaise .. 7,95**  
*Spaghetti with meat sauce*

**Croquettes de poulet (5) servies avec croustilles .. 6,95**  
*Chicken nuggets served with potato chips*

**Sandwich au fromage grillé servi avec croustilles .. 6,95**  
*Grilled cheese sandwich served with potato chips*

## Les incontournables...

**Quiche du jour .. 13,50**  
*Quiche of the day*

**Quiche jambon fromage .. 13,50**  
*Ham & cheese quiche*

**Quiche au saumon .. 15,50**  
*Salmon quiche*

**Quiche au féta, tomate et bacon .. 14,50**  
*Féta, tomatoes & bacon quiche*

**\* Blanc de poulet mariné dans une sauce Thai  
servi avec riz et légumes .. 18,95**  
*Thai marinated chicken breast served with rice & vegetables*

**\* Poitrine de poulet farcie au proscuitto,  
basilic frais, Gouda et sauce au beurre blanc .. 18,95**  
*Chicken breast stuffed with proscuitto, fresh basil, Gouda cheese  
& a butter sauce*

**\* Filet de porc sauce à l'érable .. 20,95**  
*Maple porc tenderloin with a maple sauce*

Tous servis avec riz et choix de salade ou légumes  
*All served with pilaf rice & choice of fresh vegetables or house salad*  
Remplacez la salade Méli-Mélo pour de la salade César 2,00  
*Replace house salad with a Caesar salad*

## Les pâtes en folie

**Linguini au poulet, amandes grillées,  
sauce tomates et crème .. 18,95**  
*Linguini with chicken in a tomato & cream sauce with almonds*

**Lasagne gratinée .. 15,95**  
*Lasagna au gratin*

**Lasagne végétarienne aux légumes grillés (Aubergines,  
zucchinis, tomates, pesto, fromages ricotta et mozzarella) .. 15,95**  
*Grilled vegetable lasagna (Eggplant, zucchinis, tomatoes, pesto,  
ricotta and mozzarella cheese)*

**Spaghetti bolognaise .. 15,95**  
*Spaghetti with meat sauce*

**Linguini aux escargots (champignons, ail confit,  
poireaux et noix de pins grillées, sauce à la crème) .. 17,95**  
*Snails linguini, mushrooms, garlic, leeks & pine nuts with a cream sauce*

**Poulet Parmagiana servi avec spaghetti bolognaise .. 18,95**  
*Chicken parmigiana served with a spaghetti & meat sauce*



\*Items sans gluten / Gluten free item

# Pizzaventure

**Pizza aux légumes grillés** (poivrons 3 couleurs, courgettes, champignons, oignons rouges, fromage Suisse et mozzarella sur une sauce rosée) .. 16,95  
*Grilled vegetable pizza : Peppers, zucchinis, mushrooms, red onions, Swiss & mozzarella cheese on a rosé sauce*

**La Nouvelle-Orléans** (crevettes, brocolis, tomates à la bruchetta, épices cajun et mozzarella) .. 16,95  
*Shrimps, broccoli, tomatoes bruchetta style, cajun spices and mozzarella*

**Pizza Estivale** (jambon, tomates cerises, basilic frais, épices Italienne, fromage boconccini et mozzarella sur une sauce tomate) .. 15,95  
*Summertime pizza : Ham, cherry tomatoes, fresh basil, Italian spices, boconccini & mozzarella cheese on a tomato sauce*

**La Lugano** (pancetta, champignons, tomates fraîches, emmenthal, mozzarella) .. 15,95  
*Pancetta, mushrooms, fresh tomatoes, Swiss cheese, mozzarella*

**La Cinq Terre** (jambon, asperges, champignons Portabello, mozzarella et sauce pesto) .. 15,95  
*Ham, asparagus, Portobello mushrooms, mozzarella & pesto sauce*

**La Kinexsport** (zucchinis, tomates séchées, poivrons, brocolis, champignons, oignons rouges, artichauts, olives Kalamata, mozzarella) .. 15,95  
*Zucchinis, sundried tomatoes, peppers, broccoli, mushrooms, red onions, artichokes, Kalamata olives, mozzarella*

**La Plein air** (saucisses italiennes, olives Kalamata, basilic, mozzarella) .. 15,95  
*Italian sausages, Kalamata olives, basil, mozzarella*

**La Randonnée** (poulet grillé, oignons rouges, coriandre, fromage gouda, mozzarella, sauce BBQ) .. 15,95  
*Grilled chicken, red onions, cilantro, Gouda cheese, mozzarella, BBQ sauce*

**L'Aventurière** (saumon fumé, oignons, coriandre, fromage de chèvre) .. 17,95  
*Smoked salmon, onions, cilantro, goat cheese*

**L'Expédition** (pepperoni, champignons, poivrons, oignons rouges, mozzarella) .. 15,95  
*Pepperoni, mushrooms, peppers, red onions, mozzarella*

**L'Évasion** (poulet, poivrons, oignons rouges, coriandre, cheddar, mozzarella et salsa) .. 15,95  
*Chicken, peppers, red onions, cilantro, cheddar, mozzarella & salsa*

**La Grands feux** (poulet tandori, courgettes, coriandre, emmenthal, mozzarella, sauce au cari) .. 15,95  
*Tandori chicken, zucchinis, cilantro, Swiss cheese, mozzarella, curry sauce*

**La Traversée** (crevettes, pétoncles, olives Kalamata, asperges, brocolis, oignons rouges et sauce au vin blanc) .. 18,95  
*Shrimps, scallops, Kalamata olives, asparagus, broccolis, red onions & white wine sauce*

**L'Extrême** (pepperoni, salami hongrois piquant, piments forts bananes, champignons, oignons rouges, mozzarella) .. 15,95  
*Pepperoni, hot Hungarian salami, banana peppers, mushrooms, red onions, mozzarella*

**La Roma** (pepperoni, saucisses Italiennes, salami Hongrois, oignons rouges et mozzarella) .. 16,95  
*Pepperoni, Italien sausage, Hungarian salami, red onions & mozzarella*

**La Sicilienne** (proscuitto, tomates séchées, noix de pins, fromage de chèvre et mozzarella, sauce pesto) .. 15,95  
*Proscuitto, sundried tomatoes, pine nuts, goat cheese & mozzarella, pesto sauce*

**La Di Palermo** (poulet, tomates séchées, champignons, épinards, mozzarella, sauce pesto) .. 15,95  
*Chicken, sundried tomatoes, mushrooms, baby spinach, mozzarella, pesto sauce*

**La Bourguignone** (escargots, champignons, parmesan, mozzarella, sauce au pesto) .. 16,95  
*Snails, mushrooms, parmesan, mozzarella, pesto sauce*

## Les Extras

Artichauts, brocolis, champignons, oignons, poivrons, courgettes, olives Kalamata, tomates séchées .. 1,95  
*Artichokes, broccoli, mushrooms, onions, peppers, zucchinis, Kalamata olives, sundried tomatoes*

Saucisses, pepperoni, salami hongrois, pancetta, proscuitto, bacon, asperges .. 2,95  
*Sausages, pepperoni, Hungarian salami, pancetta, proscuitto, bacon, asparagus*

Mozzarella, emmenthal, cheddar, camembert, gouda, chèvre .. 2,95  
*Mozzarella, Swiss, cheddar, camembert, Gouda, goat*

Crevettes, pétoncles, poulet, saumon fumé .. 3,95  
*Shrimps, scallops, chicken, smoked salmon*



# Les wraps et quésadillas

## Le Saint-Eloi

(poulet grillé César servi avec salade César) .. 13,95  
*Grilled Caesar chicken wrap served with Caesar salad*

## Le Don Julio

(poulet grillé, salsa, guacamole) .. 13,95  
*Grilled chicken, salsa & guacamole wrap*

## Le wrap au poulet grillé, légumes et couscous .. 13,95

*Grilled chicken, vegetables & couscous wrap*

## Le wrap Texan

(Bœuf à 100 %, poivrons, oignons et fromage cheddar) .. 15,95  
*100% beef wrap, peppers, onions & cheddar cheese*

## Le Quésadilla aux crevettes .. 15,95

*Shrimp quesadilla*

## Le Quésadilla saucisse Italienne .. 14,95

*Italian sausage quesadilla*

## Le Quésadilla au poulet .. 15,50

*Chicken quesadilla*

## Le Quésadilla végétarien

(piments, tomates, oignons rouges, zuchinis, olives Kalamata, champignons et coriandre) .. 13,95  
*Peppers, tomatoes, red onions, zucchinis, kalamata olives & mushrooms*

Tous servis avec salade Méli-Mélo/All served with our house salad  
Remplacez la salade Méli-Mélo pour de la salade César 2,00  
*Replace house salad with a Caesar salad*

# Les authentiques paninis

## Le Calabria

(pancetta, champignons, fromage suisse, pesto) .. 13,95  
*Pancetta, mushrooms, Swiss cheese & pesto*

## Le Canot

(dinde fumée, tomates séchées, artichauts, mozzarella, pesto) .. 13,95

*Smoked turkey, sundried tomatoes, artichokes, mozzarella & pesto*

## La Raquette

(tomates, zuchinis, artichauts, oignons rouges, mozzarella, pesto) .. 13,95

*Tomatoes, zucchinis, artichokes, red onions, mozzarella & pesto*

## L'Italien

(jambon forêt noire, tomates séchées, champignons, fromage de chèvre) .. 13,95

*Black forest ham, sundried tomatoes, mushrooms, goat cheese & pesto*

## Le Rabasca

(poulet grillé, champignons, fromage suisse, pesto) .. 13,95  
*Grilled chicken, mushrooms, Swiss cheese & pesto*

## Panini au poulet parmagiana

fromage parmesan et mozzarella avec sauce rosée, servi avec une salade César .. 14,95

*Chicken parmagiana panini : Parmesan & mozzarella cheese with a rosé sauce, served with Caesar salad*

## Panini au thon (thon, purée d'avocat, fromage suisse) .. 13,95

*Tuna, guacamole & Swiss cheese*

Tous servis avec salade Méli-Mélo/All served with our house salad  
Remplacez la salade Méli-Mélo pour de la salade César 2,00  
*Replace house salad with a Caesar salad*

# Croque-o-Saint-Éloi

## Croque Monsieur

(jambon, fromage Suisse, moutarde de Dijon et sauce béchamel) .. 14,95  
*Ham, Swiss cheese, Dijon mustard & bechamel sauce*

## Croque Italien

(prosciutto, tomates séchées, origan frais, fromage parmesan et mozzarella et sauce béchamel) .. 14,95  
*prosciutto, sundried tomatoes, fresh oregano, parmesan & mozzarella cheese & bechamel sauce*

## Croque Végé

(légumes grillés, basilic frais, fromage bocconcini et sauce béchamel) .. 14,95

*Grilled vegetables, fresh basil, bocconcini cheese & bechamel sauce*



# Les burgers

## Trio de mini burgers

Veau (fromage camembert et pesto), agneau (fromage féta et sauce tzatziki) et bœuf (fromage cheddar) servi avec salade méli-mélo .. 15,95  
*Veal (camembert cheese & pesto), lamb (feta cheese & tzatiki sauce), beef (cheddar cheese) served with house salad*

## Hamburger traditionnel

(Bœuf à 100 %, cheddar, bacon, oignons) .. 13,95  
*100% pure beef, cheddar, bacon, onions*

## Hamburger aux champignons et camembert

(Boeuf à 100 %, épices à steak et oignons) .. 14,95  
*100% pure beef, mushrooms, camembert cheese, steak spices & onions*

## Hamburger au fromage de chèvre

(Boeuf à 100 %, épices à steak et oignons) .. 14,95  
*100% pure beef, goat cheese, steak spices & onions*

## Hamburger Le Suprême

(Boeuf à 100 %, champignons, bacon, oignons et fromage à la crème) .. 14,95  
*100% pure beef, mushrooms, bacon, onions and cream cheese*

## Hamburger Diablo

(Boeuf à 100 %, salsa, piments forts, oignons, fromage cheddar) .. 14,95  
*100% pure beef, salsa, hot peppers, onions, cheddar cheese*

## Hamburger au poulet grillé

(bacon, fromage mozzarella) .. 13,95  
*Grilled chicken burger, bacon, mozzarella*

## Hamburger Neptune

(filet de sole au poivre, citron et sauce tartare) .. 13,95  
*Lemon pepper sole filet & tartar sauce*

Tous les burgers sont servis sur un pain Kaiser avec laitue, tomate et salade Méli-Mélo/All burgers are served on a Kaiser bun with lettuce, tomatoes & our house salad

Remplacez la salade Méli-Mélo pour de la salade César 2,00  
*Replace house salad with a Caesar salad*