

| ENTRÉES/SALADES/SOUPES | PORTION | CALORIES | LIPIDES | GRAS SATURÉS | PROTÉINES | GLUCIDES | FIBRES | SUCRES | CHOLESTÉROL | SODIUM |
|---|---------|----------|---------|--------------|-----------|----------|--------|--------|-------------|---------|
| CHAUDRÉE DONGEL | 280 g | 210 | 14 g | 8 g | 10 g | 25 g | 1 g | 2 g | 65 mg | 1456 mg |
| SOUPE À L'OIGNON GRATINÉE | 360 g | 284 | 9 g | 5 g | 17 g | 20 g | 3 g | 3 g | 50 mg | 1800 mg |
| CHAMPIGNONS | 407 g | 850 | 34 g | 12 g | 39 g | 101 g | 11 g | 6 g | 45 mg | 1860 mg |
| BRIE CHAUD | 230 g | 591 | 24 g | 156 g | 31 g | 62 g | 4 g | 17 g | 94 mg | 1173 mg |
| CROUSTILLES BLARNEY | 590 g | 1410 | 84 g | 21 g | 22 g | 141 g | 11 g | 14 g | 77 mg | 3540 mg |
| CALMARS ET CREVETTES CROUSTILLANTES | 300 g | 876 | 543 g | 52 g | 342 g | 627 g | 36 g | 66 g | 342 mg | 2280 mg |
| TREMPETTE AU FROMAGE STILTON FONDU | 320 g | 729 | 18 g | 10 g | 27 g | 115 g | 83 g | 3 g | 38 mg | 1440 mg |
| PAIN À L'AIL GRATINÉ | 210 g | 659 | 25 g | 15 g | 31 g | 75 g | 4 g | 25 g | 82 mg | 1450 mg |
| QUARTIERS DE POMMES DE TERRE / BACON ET CHEDDAR | 440 g | 990 | 53 g | 13 g | 39 g | 89 g | 10 g | 5 g | 70 mg | 4048 mg |
| OEUF ÉCOSSAIS | 195 g | 500 | 35 g | 10 g | 20 g | 24 g | 0 g | 19 g | 295 mg | 1100 mg |
| PAIN PLAT GRILLÉ AU POULET FUMÉ | 422 g | 990 | 59 g | 21 g | 49 g | 70 g | 4 g | 6 g | 120 mg | 2030 mg |
| PAIN PLAT GRILLÉ AUX LÉGUMES | 410 g | 943 | 32 g | 17 g | 397 g | 120 g | 74 g | 13 g | 82 mg | 1968 mg |
| AILES DE POULET (1 LB SANS SAUCE) | 360 g | 1030 | 61 g | 13 g | 115 g | 5 g | 5 g | 0 g | 540 mg | 400 mg |
| POUDING YORKSHIRE | 247 g | 530 | 30 g | 13 g | 26 g | 39 g | 5 g | 3 g | 125 mg | 550 mg |
| SALADE CÉSAR | 190 g | 340 | 264 g | 66 g | 10 g | 156 g | 21 g | 19 g | 418 mg | 988 mg |
| PETITE SALADE CÉSAR | 110 g | 195 | 147 g | 39 g | 8.2 | 76 g | 16 g | 1 g | 27 mg | 540 mg |
| SALADE CÉSAR AU POULET | 220 g | 343 | 205 g | 49 g | 306 g | 92 g | 18 g | 1 g | 946 mg | 814 mg |
| SALADE AU POULET | 320 g | 524 | 362 g | 12 g | 445 g | 51 g | 35 g | 0 g | 128 mg | 1024 mg |
| PETITE SALADE VERTE | 120 g | 116 | 10 g | 1 g | 15 g | 39 g | 18 g | 5 g | 0 mg | 120 mg |
| SALADE AU CHÈVRE CHAUD | 220 g | 295 | 229 g | 65 g | 81 g | 141 g | 286 g | 0 g | 572 mg | 308 mg |
| SALADE DE BETTERAVES GRILLÉES | 363 g | 470 | 39 g | 8 g | 11 g | 20 g | 5 g | 13 g | 35 mg | 600 mg |
| SALADE NIÇOISE AU SAUMON | 440 g | 476 | 27 g | 6 g | 35 g | 23 g | 5 g | 1 g | 260 mg | 660 mg |

| SANDWICHS ET HAMBURGERS | PORTION | CALORIES | LIPIDES | GRAS SATURÉS | PROTÉINES | GLUCIDES | FIBRES | SUCRES | CHOLESTÉROL | SODIUM |
|--------------------------------|----------------|-----------------|----------------|---------------------|------------------|-----------------|---------------|---------------|--------------------|---------------|
| HAMBURGER BELFAST | 310 g | 760 | 39 g | 13 g | 43 g | 59 g | 4 g | 25 g | 127 mg | 900 mg |
| SANDWICH AU POULET GRILLÉ | 300 g | 708 | 348 g | 112 g | 423 g | 564 g | 33 g | 21 g | 129 mg | 1470 mg |
| SANDWICH AU BIFTECK | 280 g | 798 | 459 g | 129 g | 445 g | 518 g | 53 g | 28 g | 1176 mg | 1624 mg |
| WRAP AU BIFTECK | 401 g | 680 | 28 g | 6 g | 45 g | 62 g | 7 g | 5 g | 50 mg | 970 mg |
| LE CLUB | 310 g | 570 | 256 g | 67 g | 31 g | 536 g | 71 g | 1 g | 74 mg | 1271 mg |
| HAMBURGER VÉGÉ | 410 g | 783 | 32 g | 8 g | 38 g | 84 g | 14 g | 3 g | 125 mg | 1640 mg |
| | | | | | | | | | | |

PÂTÉS

| | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|-------|------|------|------|------|------|------|-----|--------|---------|
| POIREAUX ET SAUMON (sans salade) | 420 g | 1184 | 79 g | 33 g | 37 g | 84 g | 4 g | 6 g | 202 mg | 1570 mg |
| BOEUF ET LÉGUMES (à la carte) | 325 g | 360 | 16 g | 45 g | 29 g | 32 g | 3 g | 5 g | 60 mg | 580 mg |
| POULET (à la carte) | 532 g | 620 | 27 g | 12 g | 36 g | 76 g | 3 g | 8 g | 120 mg | 2460 mg |
| FRUITS DE MER (à la carte) | 354 g | 420 | 25 g | 11 g | 27 g | 23 g | 2 g | 4 g | 180 mg | 800 mg |
| PÂTÉ CHINOIS - PORTION RÉGULIÈRE | 510 g | 469 | 18 g | 96 g | 31 g | 44 g | 9 g | 8 g | 97 mg | 1275 mg |
| PÂTÉ CHINOIS - PORTION MODÉRÉE | 350 g | 311 | 13 g | 65 g | 18 g | 30 g | 56 g | 2 g | 595 mg | 910 mg |

| PRODUIT | PORTION | CALORIES | LIPIDES | GRAS SATURÉS | PROTÉINES | GLUCIDES | FIBRES | SUCRES | CHOLESTÉROL | SODIUM |
|---|---------|----------|---------|--------------|-----------|----------|--------|--------|-------------|---------|
| PLATS PRINCIPAUX | | | | | | | | | | |
| LA PRISE DE FINNEGAN / 1 BEIGNET | 440 g | 1113 | 673 g | 58 g | 356 g | 906 g | 79 g | 35 g | 101 mg | 1056 mg |
| LA PRISE DE FINNEGAN / 2 BEIGNETS | 620 g | 1668 | 102 g | 9 g | 607 g | 1265 g | 87 g | 49 g | 192 mg | 1736 mg |
| BOXTY AU POULET TIKKA MASALA - SANS SALADE | 370 g | 684 | 29 g | 108 g | 34 g | 71 g | 66 g | 107 g | 159 mg | 1221 mg |
| POULET TIKKA MASALA | 540 g | 815 | 53 g | 9 g | 44 g | 93 g | 8 g | 1 g | 366 mg | 1512 mg |
| SAUMON GRILLÉ | 410 g | 685 | 37 g | 95 g | 38 g | 48 g | 7 g | 1 g | 98 mg | 1271 mg |
| JARRET D'AGNEAU | 580 g | 789 | 41 g | 17 g | 60 g | 45 g | 8 g | 1 g | 238 mg | 1914 mg |
| CÔTES LEVÉES | 594 g | 1070 | 78 g | 34 g | 53 g | 34 g | 4 g | 9 g | 175 mg | 1050 mg |
| BIFTECK ET FRITES | 520 g | 1076 | 61 g | 13 g | 78 g | 83 g | 9 g | 1 g | 162 mg | 986 mg |
| MIJOTÉ DE BIFTECK/CHAMPIGNONS / PORTION RÉGULIÈRE | 550 g | 429 | 11 g | 6 g | 32 g | 47 g | 94 g | 1 g | 82 mg | 1320 mg |
| MIJOTÉ DE BIFTECK/CHAMPIGNONS / PORTION MODÉRÉE | 360 g | 299 | 8 g | 41 g | 249 g | 32 g | 47 g | 1 g | 648 mg | 1044 mg |
| BOXTY AU BIFTECK ET CHAMPIGNONS - SANS SALADE | 400 g | 560 | 156 g | 62 g | 416 g | 632 g | 48 g | 96 g | 108 mg | 1120 mg |

| | | | | | | | | | | |
|---|-------|------|-------|------|------|-------|------|------|--------|---------|
| PÂTES | | | | | | | | | | |
| LINGUINE AUX CREVETTES | 470 g | 761 | 345 g | 8 g | 30 g | 831 g | 66 g | 1 g | 150 mg | 846 mg |
| PARPADELLE/CÔTES LEVÉES | 847 g | 1740 | 81 g | 22 g | 63 g | 195 g | 14 g | 26 g | 90 mg | 1180 mg |
| | | | | | | | | | | |
| A-CÔTÉS | | | | | | | | | | |
| Bâtonnets de carotte | 113 g | 35 | 0 g | 0 g | 1 g | 8 g | 2 g | 4 g | 0 mg | 70 mg |
| Salade de chou | 82 g | 25 | 0 g | 0 g | 0 g | 5 g | 1 g | 3 g | 0 mg | 15 mg |
| Légumes du jour (accompagnement) | 121 g | 160 | 5 g | 3 g | 7 g | 23 g | 6 g | 5 g | 10 mg | 200 mg |
| Frites | 255 g | 680 | 45 g | 25 g | 8 g | 61 g | 13 g | 3 g | 0 mg | 640 mg |
| | | | | | | | | | | |
| Pain à l'ail (accompagnement des pâtes) | 65 g | 160 | 8 g | 5 g | 4 g | 19 g | 1 g | 1 g | 20 mg | 230 mg |
| Légumes grillés | 145 g | 60 | 4 g | 5 g | 2 g | 6 g | 2 g | 3 g | 0 mg | 160 mg |
| Riz jasmin | 234 g | 310 | 0 g | 0 g | 5 g | 70 g | 0 g | 0 g | 0 mg | 710 mg |
| Purée de pommes de terre | 218 g | 260 | 13 g | 8 g | 5 g | 31 g | 2 g | 2 g | 35 mg | 620 mg |
| Scone | 59 g | 167 | 5 g | 15 g | 4 g | 27 g | 1 g | 36 g | 3 mg | 402 mg |

| | | | | | | | | | | |
|--------------|-------|-----|------|-----|-----|------|-----|------|------|---------|
| Patate douce | 255 g | 760 | 53 g | 3 g | 5 g | 67 g | 8 g | 19 g | 0 mg | 1130 mg |
|--------------|-------|-----|------|-----|-----|------|-----|------|------|---------|

| PRODUIT | PORTION | CALORIES | LIPIDES | GRAS SATURÉS | PROTÉINES | GLUCIDES | FIBRES | SUCRES | CHOLESTÉROL | SODIUM |
|--|---------|----------|---------|--------------|-----------|----------|--------|--------|-------------|---------|
| SAUCES ET CONDIMENTS | | | | | | | | | | |
| Vinaigrette balsamique | 67 g | 220 | 25 g | 15 g | 0 g | 4 g | 0 g | 3 g | 0 mg | 410 mg |
| Vinaigrette au bleu | 56 g | 250 | 26 g | 3 g | 2 g | 2 g | 1 g | 12 g | 23 mg | 550 mg |
| Vinaigrette César | 56 g | 260 | 28 g | 2.5 | 3 g | 2 g | 0 g | 0 g | 70 mg | 290 mg |
| Sauce Dungloe | 40 g | 180 | 19 g | 15 g | 1 g | 1 g | 0 g | 0 g | 45 mg | 310 mg |
| Sauce pour bifteck New York | 35 g | 60 | 5 g | 5 g | 1 g | 3 g | 0 g | 1 g | 0 mg | 135 mg |
| Vinaigrette / salade niçoise | 55 g | 340 | 37 g | 5 g | 0 g | 1 g | 0 g | 0 g | 0 mg | 250 mg |
| Sauce moyenne pour ailes de poulet | 58 g | 120 | 13 g | 5 g | 0 g | 1 g | 0 g | 0 g | 15 mg | 1170 mg |
| Vinaigrette Strongbow | 51 g | 260 | 27 g | 15 g | 0 g | 5 g | 0 g | 3 g | 0 mg | 80 mg |
| Sauce brune | 104 g | 30 | 5 g | 0 g | 4 g | 1 g | 0 g | 1 g | 0 mg | 50 mg |
| Vinaigrette Ranch | 58 g | 300 | 31 g | 5 g | 1 g | 3 g | 0 g | 2 g | 15 mg | 570 mg |
| Vinaigrette pour salade de chou | 30 g | 140 | 12 g | 2 g | 0 g | 7 g | 0 g | 7 g | 10 mg | 340 mg |
| Sauce Rebel Rock | 43 g | 170 | 17 g | 15 g | 1 g | 5 g | 0 g | 3 g | 40 mg | 440 mg |
| Trempelette Ranch (pour ailes de poulet) | 44 g | 110 | 11 g | 15 g | 0 g | 4 g | 0 g | 1 g | 0 mg | 370 mg |
| SAUCES POUR DESSERTS | | | | | | | | | | |
| Sauce au chocolat | 56 g | 280 | 14 g | 11 g | 2 g | 41 g | 0 g | 27 g | 0 mg | 110 mg |
| Sauce aux fraises | 56 g | 120 | 0 g | 0 g | 0 g | 28 g | 0 g | 28 g | 0 mg | 0 mg |
| Sauce au caramel | 67 g | 170 | 7 g | 4 g | 0 g | 29 g | 0 g | 29 g | 25 mg | 5 mg |
| DESSERTS | | | | | | | | | | |
| POUDING AU PAIN | 310 g | 660 | 14 g | 7 g | 198 g | 1128 g | 2 g | 71 g | 112 mg | 496 mg |
| CROUSTILLANT AUX PETITS FRUITS | 230 g | 490 | 10 g | 5 g | 147 g | 83 g | 16 g | 59 g | 20 mg | 140 mg |
| VOLCAN CHOCOLATÉ | 240 g | 893 | 47 g | 19 g | 9 g | 107 g | 19 g | 71 g | 134 mg | 528 mg |
| CRÈME GLACÉE | 130 g | 260 | 11 g | 74 g | 26 g | 36 g | 2 g | 29 g | 41 mg | 119 mg |
| TOUR TINKER | 310 g | 907 | 41 g | 20 g | 127 g | 139 g | 31 g | 846 g | 99 mg | 589 mg |
| GALETTE AUX POMMES | 170 g | 390 | 21 g | 6 g | 3 g | 50 g | 3 g | 27 g | 10 mg | 135 mg |
| GÂTEAU REESE'S AU BEURRE D'ARACHIDE | 100 g | 350 | 21 g | 9 g | 5 g | 37 g | 2 g | 34 g | 60 mg | 310 mg |