

## Formule déjeuner Midtown - 18\$

Boisson chaude ou jus pressé (+3\$)

*Hot drink or juice (+\$3)*

**Déjeuner :** 2 œufs, pomme de terre, bacon, saucisse, pain brioché, salade de fruit

*2 eggs, potatoes, bacon, sausage, brioche bread, fruit salad*

ou

**Omelette (4 choix) :** Bacon, oignons, poivrons, tomates, épinards, champignons, cheddar, fior di latte

*Omelet (Choice of 4) : Bacon; onions, peppers, tomatoes, spinach, mushrooms, cheddar, fior di latte*

**Extra :** Dinde 2\$

*Extra: Turkey*

## Crêpes salées

**Classique:** Bacon, fromage, œuf – 11\$

*Bacon, cheese, egg*

**Gourmande:** Béchamel, champignons, fromage – 11\$

*Béchamel, mushrooms, cheese*

**Midtown:** Boeuf haché, oignons, œuf – 12\$

*Ground beef, onions, egg*

**Saumon :** Saumon fumé, fromage à la crème, aneth, œuf – 13\$

*Smoked salmon, cream cheese, dill, egg*

**Extra:** Oeuf miroir ou tourné - 2\$

*Extra fried or over easy egg*

## Crêpes sucrées

**Banane et coulis de chocolat maison – 9\$**

*Banana and homemade chocolate sauce*

**Pommes caramélisées et sirop d'érable – 9\$**

*Caramelized apples and maple syrup*

**Fraise, bleuets, menthe et jus de citron – 10\$**

*Strawberries, blueberries, mint and lemon juice*

**Sucre ou Nutella – 8\$**

*Sugar or Nutella*

**Extra:** Crème fouettée - 2\$

*Extra: Whipped cream*

## Tartines

**Napolitaine :** Jambon cru, fior di latte, tomates séchées, roquette, vinaigre balsamique -12\$

*Ham, fior di latte, sun dried tomatoes, arugula, balsamic vinegar*

**Oslo:** Saumon fumé, fromage à la crème, avocat, sauce citronnée -13\$

*Smoked salmon, cream cheese, avocado, lemon sauce*

**Extra:** Oeuf miroir ou tourné - 2\$

*Extra fried or over easy egg*

## Bagel

**Scandinave :** Saumon fumé, fromage à la crème, avocat, tomates, laitue, capres – 13\$

*Smoked salmon, cream cheese, avocado, tomatoes, lettuce, capers*

**Roma :** Mortadelle, fromage à la crème, fior di latte, tomates, laitue, sauce pesto -12\$

*Mortadella, cream cheese, fior di latte, tomatoes, lettuce, pesto sauce*

**Club :** Jambon cru, fior di latte, œuf, tomates, laitue -12\$

*Ham, fior di latte, egg, tomatoes, lettuce*

**Vegé :** Fromage à la crème, avocat, aubergine, tomates, laitue – 11\$

*Cream cheese, avocado, eggplant, tomatoes, lettuce*

**Extra:** oeuf miroir ou tourné - 2\$

*Extra fried or over easy egg*

## Bol de yogourt – 9\$

**Violet:** Yogourt, banane, bleuets

*Yogurt, banana, blueberries*

**Rouge:** Yogourt, banane, fraises, framboise

*Yogurt, banana, strawberries, raspberries*

**Exotique:** Yogourt, banane, ananas, mangue

*Yogurt, banana, pineapple, mango*

**Melon:** Yogourt, banane, melon, melon d'eau

*Yogurt, banana, melon, watermelon*

**Midtown:** Yogourt, pomme, poire, miel

*Yogurt, apple, pear, honey*

**Avec choix de :** Granola, flocons d'avoine, muesli maison

*Choice : Granola, oatmeal, homemade muesli*

**Extra:** Chocolat, fraises, miel, sirop d'érable – 1\$

*Extra: chocolate, strawberries, honey, maple syrup*

## Entrées

### Écrasé d'avocat, crudités et chips de taro – 11\$

*Smashed avocado, crudités, taro chips*

### Croque-monsieur truffe & fior di latte – 11\$

### Salade grecque Midtown – 11\$

Pastèque, feta, olives noires, concombres, oignons, concassé d'amandes

*Watermelon, feta, black olives, cucumber, fresh onions, crushed roasted almonds*

*Extra protéine : Poulet 8\$ ; Poulet pané 8\$ ; Saumon 10\$ ; Crevettes 12\$ ; Steak de thon 12\$*

*Extra protein: Chicken \$8; Breaded chicken \$8; Salmon \$10; Shrimp \$12; Tuna steak \$12*

## Composez votre salade

### 1 – Base: Composée OU César OU Quinoa pomme grenade – 10\$

*Base: Mixed salad (cucumber, carrots, tomatoes) OR Caesar OR pomegranate quinoa*

### 2- Protéine : Poulet 8\$ ; Poulet pané 8\$ ; Saumon 10\$ ; Crevettes 12\$ ; Steak de thon 12\$

*Protein: Chicken \$8; Breaded chicken \$8; Salmon \$10; Shrimp \$12; Tuna steak \$12*

### 3- Vinaigrette : Vinaigrette maison, César ou huile d'olive et citron

*Dressing: Homemade dressing, Caesar or olive oil and lemon*

## Plats principaux

### Bavette de bœuf, sauce poivre vert, frites maison

– 26\$

*Beef flank steak, green pepper sauce, homemade fries*

### Tataki de thon au sésame et salade de quinoa pomme grenade – 24\$

*Tuna tataki, grilled vegetables and pomegranate quinoa salad*

### Tacos saumon ou crevettes (x2), frites maison ou salade – 21\$

*Salmon or shrimp tacos (x2), homemade fries or salad*

### Burrata, tomates colorées, focaccia du Chef – 23\$

*Burrata, mixed tomatoes and the Chef's focaccia*

### Pâtes à la truffe – 21\$

*Truffle pasta*

## Bruschetta – 16\$

**L'italienne** : Sauce tomate, jambon cru, fior di latte, tomates séchées, laitue roquette, vinaigre balsamique

*Tomato sauce, cured ham, fior di latte, sun-dried tomatoes, rocket lettuce, balsamic vinegar*

**Saumon** : Saumon fumé, fromage à la crème, avocat, pico de gallo

*Smoked salmon, cream cheese, avocado, pico de gallo*

**Vegé** : Sauce tomate, poivrons, champignons, courgettes

*Tomato sauce, peppers, mushrooms, zucchinis*

**Midtown** : Sauce tomates, aubergines, mortadelle, poires caramélisées, feta

*Tomato sauce, eggplant, mortadella, caramelized pears, feta*

**Extra:** oeuf miroir ou tourné - 2\$

*Extra fried or over easy egg*

## Classiques Midtown – 21\$

Servi avec frites maison ou salade

*Served with homemade fries or salad*

**Burger traditionnel** : Boulette de viande maison, cheddar, bacon, cornichons, tomates, laitue

*Homemade meat patty, cheddar, pickles, tomatoes, lettuce*

**Burger mozzarella**: Boulette de viande maison, fior di latte, légumes grillés, tomates

*Homemade meat patty, fior di latte, grilled vegetables, tomatoes*

**Burger poulet pané** : Poulet pané, cheddar, bacon, cornichons, tomates, laitue

*Breaded chicken, cheddar, bacon, pickles, tomatoes, lettuce*

**Club sandwich**: Oeuf, bacon, tomates, laitue, poulet

*Egg, bacon, tomatoes, lettuce, chicken*

**L'omelette (4 choix)** : Bacon, oignons, poivrons, tomates, épinard, champignon, dinde, fromage

*Omelet (4 choices) : Bacon, onions, bell peppers, tomatoes, spinach, mushrooms, turkey, cheese*

## *Les plats végétariens*

**Salade de betterave – 16\$**

*Beet salad*

**Burger vegé – 18\$**

**Tacos vegés – 17\$**

## *Après l'entraînement...*

**Composez votre assiette -15\$**

**1 – Base :** Nouille de riz, riz, quinoa pomme grenade ou orzo

*Base : Rice noodles, rice, pomegranate quinoa or orzo*

**2- Protéine :** Poulet ou boulette de viande maison

*Protein : Chicken or homemade meat patty*

**3- Sauté de légumes**

*Grilled vegetables*

**Extra base : 2\$**

**Extra protéine : 5\$**

## *Pour enfants*

**Doigts de poulet - 13\$**

*Chicken tenders*

**Pâtes sauce tomate - 12\$**

*Pasta with tomato sauce*

**Burger – 13\$**

## *Desserts*

**Plateau de fruits (selon l'arrivage) - 1 personne**

10\$ / 2 personnes 19\$

**Servi avec sauce chocolat maison**

*Fruit tray (based on availability) – Served with homemade chocolate sauce*

**Crêpe pommes caramélisées et sirop d'érable – 9\$**

*Caramelized apples and maple syrup*

**Crêpe sucre ou Nutella – 8\$**

*Sugar or Nutella*

**Crème glacée ou sorbet du jour – 6\$**

*Ice cream or sorbet*