LA CARTE



KNEL BRUNCH

CUISINE GOURMANDE · PRODUITS FRAIS

BOISSONS FRAÎCHES & MILKSHAKES

Fraîcheur et saveurs naturelles

MILKSHAKES

Milkshake — 7 €

Lait au choix : vache, amande ou avoine. Saveurs : banane, avocat, chocolat, vanille ou fraise.

Supplément — 2 €

Beurre de cacahuète, chantilly, sauce chocolat ou caramel, miel, coulis de maracuja, fraise ou mangue.

SMOOTHIES NATURELS

Smoothie — 6 €

Avec ou sans sucre. Associations : mangue–maracuja, mangue–fraise ou mangue–ananas.

Composez votre smoothie

Fruits au choix : mangue, fraise, ananas ou maracuja.

THÉS GLACÉS

Thé glacé — 8 €

Citron (avec ou sans sucre), mangue, maracuja ou fraise.

COCKTAILS SANS ALCOOL

Virgin Mojito — 8 €

Menthe, citron et eau gazeuse.

Virgin Tropical — 8 €

Menthe, ananas, pitaya et eau gazeuse.

JUS, SODAS & EAUX

Une sélection de boissons pour chaque envie

JUS LOCAUX & DÉTOX

Jus local — **4,50 €**

Mombin, maracuja ou cerise.

Jus détox — **6,50 €**

Organic : carotte, menthe, pomme. Booster : concombre, citron, gingembre, orange. Red Passion : maracuja, ananas, fraise.

Jus d’orange pressé — **6,50 €**

SODAS & SOFTS

Sodas — **3,50 €**

Coca-Cola ou Coca-Cola Zéro.

Softs — **3 €**

Lion Ice Tea, Oasis Ice Tea, Oasis Orange, Oasis Tropical, Minute Maid pomme ou multifruits.

EAUX

Eau plate — 1 L — **2 €**

Eau plate — 1,5 L — **3,50 €**

Eau gazeuse — 70 cl — **5 €**

Eau plate — 50 cl — **1,30 €**

BOISSONS CHAUDES & BAR À THÉ

Cafés, chocolats et infusions

CAFÉS & CHOCOLATS

Espresso ristretto — **2 €**

Espresso — **3 €**

Espresso lungo — **3,50 €**

Chocolat classique — **3 €**

Chocolat créole — **4 €**

Gingembre, cannelle et clous de girofle.

Cappuccino · Mocaccino · Frappuccino — **4 €**

Affogato — **4 €**

CHAI LATTE & MATCHA LATTE

Nature — **5 €**

Lait au choix : vache, amande ou avoine.

Aromatisé — **7 €**

Maracuja, mangue, fraise ou vanille.

BAR À THÉ — PALAIS DES THÉS

Sélection de thés — **4 €**

Thé vert à la menthe, Rooibos vanillé, Vive le thé, Blue of London Earl Grey, Fleur de Geisha, Détox, Jardin tropical, Montagne bleue, Thé des amants, Le thé merveilleux, Détox scandinave, Goût russe 7 agrumes.

PLATEAUX, PANCAKES & CRÊPES

Composez votre moment gourmand

FORMULE À COMPOSER

Crêpe ou deux pancakes — 12 €

Un nappage et une garniture inclus.

Nappages au choix

Nutella, sirop d’érable, beurre de cacahuète, sauce caramel ou chocolat, confiture, miel, sucre glace ou chocolat noir.

Garnitures au choix

Poulet croustillant, saumon, œuf, avocat ou jambon de poulet.

PLATEAU BRUNCH

Plateau à partager — 40 €

À partir de deux personnes.

À choisir

Œufs brouillés, au miroir ou retournés ; crêpe ou pancakes.

Accompagnements

Boulettes de pomme de terre, poulet croustillant, frites de patate douce, avocat, jambon de poulet et salade vinaigrée.

Sauces

Sauce curry, sirop d’érable ou sauce citron.

FORMULES BREAKFAST & BRUNCH

Les incontournables du KNEL

BREAKFAST CLASSIC

Formule Classic — **15 €**

Disponible jusqu’à 11 h. Boisson chaude : chocolat classique ou créole, espresso, espresso lungo ou thé. Jus local ou détox. Tartine beurre-confiture et croissant ou pain au chocolat.

BREAKFAST GOURMET

Formule Gourmet — **19 €**

Disponible jusqu’à 11 h. Boisson chaude et jus au choix (comme la formule Classic), tartine beurre-confiture, croissant ou pain au chocolat, œufs au choix et salade de fruits de saison.

MENU KNEL

Menu KNEL — **22 €**

Jus local ou détox ; œuf poché, brouillé, au miroir ou retourné ; crêpe ou deux pancakes ; bacon, deux boulettes de pomme de terre et sirop d’érable.

MENU ENFANT

Menu enfant — **12 €**

Soft, soda ou jus local. Au choix : crêpe jambon-fromage ou cinq pièces de poulet croustillant avec frites de patate douce.

BOWLS & PLATS DU JOUR

Des assiettes colorées et gourmandes

SUGGESTION DU CHEF

Menu du jour — **20 €**

Plat du jour, boisson (jus local, jus détox ou thé glacé) et dessert (salade de fruits, crème brûlée, moelleux ou café gourmand). Selon l’inspiration du chef.

Plat du jour — **14 €**

BOWLS

Bowl poulet — **18 €**

Poulet, avocat, riz vinaigré, mangue, salade et pickles.

Bowl bœuf — **20 €**

Émincé de bœuf, avocat, riz vinaigré, mangue, salade et pickles.

LES CROQUES

Croque-monsieur — **15 €**

Pain complet, emmental râpé et jambon de poulet. Accompagné de frites de patate douce et de salade.

Croque-madame — **17 €**

Pain complet, emmental râpé, jambon de poulet et œuf (cuisson au choix). Accompagné de frites de patate douce et de salade.

HEALTHY — PLATS & TOASTS

Équilibre, fraîcheur et gourmandise

FORMAL FIT CLUB

Formal Fit Club — 19 €

Pancakes protéinés, œuf (cuisson au choix), lamelles d’avocat, saumon et sauce citron.

AVOCADO TOASTS

Avocado saumon — 15 €

Pain de campagne, purée d?avocat, saumon, purée de betterave, ?uf poché et sauce citron.

Avocado crispy poulet — 15 €

Pain de campagne, purée d?avocat, poulet croustillant, purée de betterave, ?uf poché et sauce curry.

Avocado veggie — 14 €

Pain de campagne, purée d?avocat, tomates, purée de betterave, ?uf poché et sauce betterave.

Avocado bacon — 14 €

Pain de campagne, purée d?avocat, bacon, purée de betterave, ?uf poché et sauce betterave.

Avocado jambon — 13 €

Pain de campagne, purée d?avocat, jambon, purée de betterave, ?uf poché et sauce betterave.

HEALTHY — SALADES & BOWLS

Le goût du frais, tout simplement

SALADES

Salade César — **14 €**

Batavia, oignons, tomates, concombre, poulet mariné, croûtons, œuf dur et sauce César.

Salade de la mer — **16 €**

Batavia, oignons, tomates, concombre, tranches de saumon et sauce citron.

Salade Seguin — **13 €**

Batavia, oignons, tomates, concombre, noix, chèvre et sauce miel-moutarde.

HEALTHY BOWLS

Açaï bowl — **9 €**

Açaï, fruits, tapioca et noix de coco râpée.

Granola bowl — **9 €**

Fromage blanc 0 %, fruits, granola et filet de miel.

Chia pudding — **6 €**

Coulis de fruits, graines de chia, mangue ou fraise.

DESSERTS

Une touche sucrée pour terminer

LES DOUCEURS DU KNEL

Crème brûlée — **5 €**

Salade de fruits — **5 €**

Fruits de saison.

French toast — **10 €**

Nappage caramel ou sucre glace, fruits rouges, boule de glace vanille et feuille de menthe.

Moelleux & glace vanille — **6 €**

Café gourmand — **7 €**

Mini-cookies, pâtisserie du jour et boule de glace vanille.

Thé gourmand — **7 €**

Mini-cookies, pâtisserie du jour et boule de glace vanille.

SUPPLÉMENTS & ACCOMPAGNEMENTS

Pour encore plus de plaisir

SUPPLÉMENTS SUCRÉS

Nappages — **2 €**

Nutella, beurre de cacahuète, sauce chocolat, caramel au beurre salé, sauce caramel, mélange de noix ou noix de coco râpée.

GARNITURES SALÉES

Œuf (cuisson au choix)	**2 €**
Avocat	**3 €**
Jambon	**3,50 €**
Fromage râpé	**3 €**
Boulettes de pomme de terre (3 pièces)	**4 €**
Saumon	**5 €**
Poulet croustillant	**6 €**

SAUCES

Beurre	**2 €**
Sauces au choix	**3 €**

Curry, miel, vinaigrette, citron, betterave, mayonnaise, ketchup ou César.

ACCOMPAGNEMENTS

Pain	**1,50 €**
Frites de patate douce	**3 €**
Riz	**3 €**
Légumes	**5 €**
Salade verte	**5 €**

INFORMATIONS ALLERGÈNES

Les 14 allergènes à déclaration obligatoire

01 GLUTEN
Céréales contenant du gluten et produits dérivés.

02 LAIT / LACTOSE
Lait et produits à base de lait.

03 ŒUFS
Œufs et produits à base d’œufs.

04 POISSON
Poissons et produits à base de poisson.

05 CRUSTACÉS
Crustacés et produits à base de crustacés.

06 FRUITS À COQUE
Amandes, noisettes, noix et autres fruits à coque.

07 ARACHIDES
Arachides et produits à base d’arachides.

08 SOJA
Soja et produits à base de soja.

09 MOUTARDE
Moutarde et produits à base de moutarde.

10 CÉLERI
Céleri et produits à base de céleri.

11 SÉSAME
Graines de sésame et produits dérivés.

12 LUPIN
Lupin et produits à base de lupin.

13 MOLLUSQUES
Mollusques et produits à base de mollusques.

14 SULFITES
Anhydride sulfureux et sulfites au-delà de 10 mg/kg ou 10 mg/L.

À SAVOIR

Nos plats peuvent contenir des allergènes ou être exposés à des contaminations croisées.
Pour toute question sur la composition d’un plat, adressez-vous à notre équipe.
Les allergènes peuvent varier selon les recettes et les approvisionnements.