

Apégo est la promesse d'une cuisine végétarienne de qualité, engagée de saison, tous les jours de la semaine en continu servie sous forme de Brunch à la carte en semaine ou Brunch et Drunch à volonté le We et en soirée & coffee shop. Nous valorisons le Bio, le local, en circuits courts.

BRUNCH A LA CARTE



SALADES DE SAISON ET TARTINE

SALADE À LA TRUITE FRANÇAISE ÉCOLOGIQUE 21,00€

Quinoa, jeunes pousses, truite fumée, tzaziki, féta, tomates en saison, jeunes pousses d'épinards, herbes fraîches, citron.

SALADE FALAFELS 17,00€

Lentilles vertes, jeunes pousses, falafels, houmous, féta, tomates en saison, choux rouge, herbes fraîches

SALADE DE LÉGUMES GRILLÉS MARINÉS 19,00€

Jeunes pousses, artichauts, poivrons, courgettes, tomates en saison, choux, patates douces rôties, herbes fraîches

SALADE DE THON OLIVES KALAMATA 18,00€

Riz, jeunes pousses, thon aux olives, tapenade a la figue, Mozza, tomates en saison, herbes fraîches, oignons rouges

TARTINE AVOCADO FÊTA 14,00€



PINSAS

Très digestes et croustillante à base de farines de riz, soja, blé, temps de pousse 72 heures, hydratation 80%



PINSA CHÈVRE MIEL 19,00€

Crème fraîche, Mozza, chèvre, oignons rouges, roquette, zaatar

PINSA 4 FROMAGES 21,00€

Crème fraîche, Mozza, chèvre, féta, stracciatella, tome, oignons rouges, roquette, zaatar

PINSA TRUITE FUMÉE FRANÇAISE 21,00€

Crème fraîche, mozza, truite fumée française, roquette, zaatar, citron confit

PINSA AU THON & OLIVES KALAMATA 18,00€

Coulis de tomate, mozza, thon aux olives, anchois marinés, oignons rouges, olives kalamata, zaatar, roquette

PINSA AUX LÉGUMES GRILLÉS 19,00€

Coulis de tomate, Artichauts, poivrons et courgettes grillés, oignons rouges, roquette, zaatar

SUPPLÉMENT SALADE VERTE DE SAISON 4,00€

PANUOZZOS DI GRAGNANO

Une délicieuse pâte à pizza napolitaine alvéolée, moelleuse et savoureuse déclinée en sandwich.

PANUOZZO A LA TRUITE FUMÉE 15,00€

Coulis de tomate, Artichauts, poivrons et courgettes grillés, oignons rouges, roquette, zaatar

PANUOZZO AUX LÉGUMES GRILLÉS 15,00€

Coulis de tomate, Artichauts, poivrons et courgettes grillés, oignons rouges, roquette, zaatar

PANUOZZO THON AUX OLIVES 15,00€

Coulis de tomate, Artichauts, poivrons et courgettes grillés, oignons rouges, roquette, zaatar

Chacun de nos sandwich est accompagné d'une petite salade de jeunes pousses de saison.

LES PLATS CHAUDS



Tous nos plats sont faits maison !

CURRY DE LÉGUMES 19,90€

Légumes de saison, lait de coco, curry, oignons, échalottes, épices douces.

TCHOUTCHOUKA 19,90€

Pulpe de tomate, poivrons frais, oignons, échalottes, coriandre, cumin, zaatar, féta, oeufs pochés, pois chiche, épinards.



Apégo est la promesse d'une cuisine végétarienne de qualité, engagée de saison, tous les jours de la semaine en continu servie sous forme de Brunch à la carte en semaine ou Drunch à volonté le We et en soirée & coffee shop. Nous valorisons le Bio, le local, en circuits courts.

BRUNCH A LA CARTE

FORMULE BRUNCH SEMAINE

– 27€ –

UNE BOISSON CHAUDE AU CHOIX

- À base de café de spécialité Bio équitable
- Boisson avec du Matcha Bio premium + 2€
- Thé vert ou noir Mariage Frères
- Infusion verveine Mariage Frères

Option lait végétal : +0,50€

UNE BOISSON FROIDE AU CHOIX

- Thé glacé
- Jus d'orange pressé
- Citronnade maison
- Jus de pomme

TARTINE AU CHOIX

- Avocado féta
- truite fumée française Tzaziki féta

FROMAGE BLANC GRANOLA AUX FRUITS

DEUX MIGNARDISES DU MOMENT



BRUNCH A VOLONTE DRUNCH

WEEK END ET SOIREEES

– 39€ –

- Le buffet signature d'Apégo, version jour et soir
- Le brunch à volonté, c'est l'expérience emblématique d'Apégo

un grand buffet maison qui évolue au fil des saisons. Pancakes moelleux, salades colorées, plats chauds, desserts légers gourmands, vins biodynamiques, thé glacé et citronnade maison sans sucre raffiné : tout est préparé sur place, à partir de produits frais et soigneusement sourcés.

Et pour prolonger le plaisir, découvrez notre drunch – le dîner-brunch du soir, servi les vendredis, samedis et dimanches à partir de 18h.

Une parenthèse conviviale et décontractée, où l'on partage un repas savoureux, complet et équilibré, dans une ambiance douce et lumineuse. Boissons à la carte le soir.

BUFFET BRUNCH À VOLONTÉ

BUFFET DRUNCH À VOLONTÉ

Hors boisson

Buffet enfant 2 à 5ans / 6 à 12ans

13€ / 23€



Apégo est la promesse d'une cuisine végétarienne de qualité, engagée de saison, tous les jours de la semaine en continu servie sous forme de Brunch à la carte en semaine ou Drunch à volonté le We et en soirée & coffee shop. Nous valorisons le Bio, le local, en circuits courts.

LES GOURMANDISES IG BAS

Nos utilisons pour nos desserts faits maison des farines Bio pauvres en gluten et des sucres naturels tels que le miel d'acacia, le sucre de coco...

SALADE DE FRUITS BIO FRAIS	8,00€
FROMAGE BLANC, GRANOLA MAISON	9,00€
MOUSSE AU CHOCOLAT VÉGANE	8,00€
PUDDING DE CHIA VÉGAN.	8,00€
BROWNIE VALRHONA	8,00€
CAKE DU MOMENT...	5,50€
COOKIE DU JOUR	5,50€
PANCAKES AUX FRUITS FRAIS	12,00€
SALADE DE FRUITS BIO FRAIS	8,00€
BLONDIE.	8,00€
CAFÉ GOURMAND.	8,00€
GATEAU AU FROMAGE BLANC, COULIS DE FRUITS.	9,00€



LES CREPES SANS GLUTEN

Crêpes maison avec les farines Bio de riz et chataigne, fécule de maïs.

CRÊPE BEURRE SUCRE DE COCO.	5,90€
CRÊPE CONFITURE MAISON	6,90€
CRÊPE PATE À TARTINER VALRHONA	7,90€

SUPPLÉMENTS

COCO RAPÉ	1,00€
CHANTILLY D'ISIGNY	1,50€



BOISSONS FRAICHES

EAU DÉTOX	6.00 €
EAU GAZEUSE FILTRÉE	5.00 €
EAU PLATE FILTRÉE	4.00 €
JUS D'ORANGE FRAIS PRESSÉ BIO	5.00 €
JUS DE POMME BIO	5.00 €
JUS DE FRUITS PRESSÉS À FROID	5.50 €
Pomme poire	
pomme menthe citron	
légumes verts citron	
fruits rouges citron	
abricot verveine gingembre	
mangue gingembre	
carotte orange citron; carotte pomme citron	

AUTOUR DU GINGEMBRE

GINGER LIMONADE	7.00 €
gingembre frais, citron, menthe, eau filtrée	
GINGER MANGUE	8.00 €
gingembre frais, citron, menthe, eau filtrée, purée de mangue sans sucre ajouté.	
GINGER FRUITS ROUGES	8.00 €
gingembre frais, citron, menthe, eau filtrée, purée de fruits rouges sans sucre ajouté.	
GINGER SHOT 4 CL	5.00€
SMOOTHIE FRAIS DU JOUR	7.50 €
THÉ GLACÉ MAISON	7.00 €
CITRONNADE MAISON	7.00 €
LATTÉS VERTUEUX FRAPPÉS	6.50 €

Voir détails boissons chaudes

BOISSONS NATURELLES FERMENTÉES

KÉFIR	6,90€
pamplemousse; menthe citron, sureau hibiscus, verveine citronnée; menthe passion.	
INFUSION PROBIOTIQUE AGRUMES	6.00 €
INFUSION PROBIOTIQUE MENTHE POIVRÉE	6.00 €
KOMBUCHA	6,90€
Citronnelle verveine; citron vert gingembre	
KOMBUCHA PARFUMÉS	6,90€
fruit de la passion citron; mangue vanille; curcuma Hibiscus chai	

LATTES VERTUEUX FRAPPES

Tchai latté	6,50 €
Ubé violet et vanille bourbon	6,50 €
Green latté, matcha & morenga	6.50 €
Golden latté, curcuma	6,50 €
Black latté au charbon végétal	6,50 €
Blue spiruline bleue	6,50 €
Pink betteraves et cacao cru	6,50 €
Pumkin spice latte	6,50 €

AUTOUR DU MATCHA BIO PREMIUM

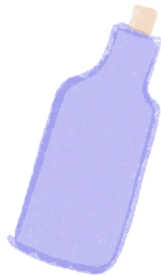


MATCHA PUR	6.50 €
YELLOW MATCHA, MANGUE	7.50 €
RED MATCHA FRUITS ROUGES	7.50 €

OPTIONS :

LAIT AVOINE OU SOJA : +0,50€
VERSION GLACÉE : + 0,50€

ALCOOLS



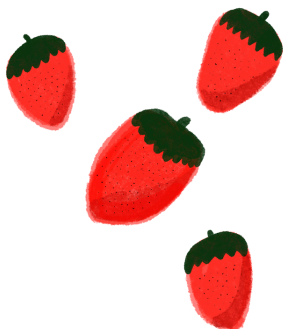
BIERES LOCALES

BIERES PRESSION LOCALES

Bière pression Galia 25cl	5.50 €
Bière pression Galia 50cl	9.50 €

BIERES BOUTEILLES LOCALES- DOCK DONOHUE

Indigo IPA	6.90€
Pilsner	6,90 €
Mission pale	6.90€
Aube blanche	6,90 €



VINS BIO PETITS PRODUCTEURS

DOMAINE SAUVETTE - TOURAINE

Verre vin blanc, rosé ou rouge	7.00 €
Bouteille 75cl blanc, rosé ou rouge	30.00 €

DOMAINE DE LA CROIX MONTJOIE - BOURGOGNE

Verre de Chardonay	11.90 €
Bouteille de 75cl Chardonay	45.00 €
Verre de Pinot noir	12.90 €
Bouteille de 75cl Pinot noir	49.00 €

DOMAINE RICHAUD - CÔTES DU RHÔNE

Verre de blanc "à la source"	7.90 €
Bouteille de blanc 75cl "à la source"	39.00 €
Verre de rouge "terre de galets"	9.50 €
Bouteille de rouge 75cl "terre de galets"	42.00 €

CHAMPAGNE BIO MARTINOT ET COCKTAILS

FLUTE DE CHAMPAGNE BIO	12.00 €
BOUTEILLE CHAMPAGNE	45.00 €
COCKTAIL MIMOSA	10.00 €

BOISSONS CHAUDES

CAFES DE SPECIALITE BIO EQUITABLES

Espresso, Allongé	2.40 €
Americano 30cl	3.60 €
Boisson du moment	6.50 €
Café filtre	4.00 €
Cappuccino 30cl ou Café crème	4.90 €
Double espresso	3.50 €
Flat White 30cl	5.90 €
Latté 30cl	5.00 €
Noisette 5,5cl	3.00 €
Ristretto	2.40 €

LATTES VERTUEUX

Tchai latté	6,50 €
Ubé violet et vanille bourbon	6,50 €
Green latté, matcha & morenga	6.50 €
Golden latté, curcuma	6,50 €
Black latté au charbon végétal	6,50 €
Blue spiruline bleue	6,50 €
Pink betteraves et cacao cru	6,50 €
Pumkin spice latte	6,50 €

Supplément lait végétal : soja, avoine — 0,50 €

THES & CHOCOLAT CHAUD

La carte des thés change au fil des saisons

THÉS NOIRS, VERTS & SANS THÉINES	5€
INFUSIONS	5€
CHOCOLAT CHAUD VALRHONA 70%	5.20 €

Supplément lait végétal : avoine, soja — 0.50 €

AUTOUR DU MATCHA BIO PREMIUM



MATCHA PUR 100% BIO	6.50 €
---------------------	--------

OPTIONS :

LAIT AVOINE OU SOJA : +0,50€
VERSION GLACÉE : + 0,50€

