



AREGO
COFFEE SHOP
ET BRUNCH

MMMM

LES GOURMANDISES

Nos utilisons pour nos desserts faits maison des farines Bio pauvres en gluten et des sucres naturels. Nos recettes maison sont élaborées avec des sucres naturels à indice glycémique maîtrisé : sucre de coco, sirop d'agave et miel d'acacia.

PÂTISSERIES GOURMANDES

& faites maison,
raisonnées sans
sucre raffiné

Salade de fruits BIO frais	8 €
Fromage blanc, granola maison	8,90 €
Brownie chocolat 70 %	8 €
Mousse au chocolat 70 % végétane	8 €
Pudding de chia végétan	8 €
Cake sans gluten du jour	5,90 €
Pancakes aux fruits frais	12 €
Café gourmand	8 €
Cheesecake basque sans gluten et son coulis de fruits	8,90 €

GLACES

BIO ARTISANALES TERRE ADÉLICE

Fabrication française artisanale,
ingrédients naturels bio locaux.
Imaginez votre coupe glacée sur mesure !

1 boule	4,50 €
2 boules	7,90 €
3 boules	11 €
boule suppl.	3 €

Les suppléments

Coulis ou miel	1 €
Copeaux de chocolat	1 €
Chocolat fondu noir 70 %	1,50 €
Granola / oléagineux	1,50 €
Fruits frais	3,50 €
Éclats de spéculoos	1,50 €
Éclats de cake maison	2 €
Chantilly d'Isigny	1,50 €

LES PARFUMS

Vanille de Madagascar
Nocciatella
Tiramisu à l'Amaretto
Dattes avec morceaux
Pistache
Citron vert feuille de menthe
Noisette aux éclats de nougatine
Fraise de France
Pastèque
Stracciatella, copeaux de chocolat
Fleur d'oranger
Caramel crème salée

GAUFRES

Nature ou sucre de coco	5 €
Miel d'acacia	6 €
Chocolat noir 70 % fondu	6,50 €
Chocolat fondu, banane	7 €
Fruits frais	8,50 €

Les suppléments

Chantilly d'Isigny	1,50 €
Boule de glace	3 €



LOCAL, BIO & PETITS PRODUCTEURS EN PRIORITÉ

APÉRITIF

MEZZÉS

Tzatziki, grenade & zaatar 11 €
Concombre, yaourt grec, aneth,
huile d'olive, citron

Houmous Signature Apego 11 €
Pois chiches, tahini, citron, huile d'olive,
paprika fumé

Assiette de légumes grillés 12 €
Assortiment de légumes
grillés de saison

Petit bol de falafels 10 €

Petite salade fraîcheur 7 €
Jeunes pousses, concombre,
crudités, herbes, citron, huile d'olive



PLANCHES À PARTAGER

Green mezzés 17 €
Houmous, tapenade, tzatziki, légumes
grillés, falafels, pain pita

Sea & Fresh 20 €
Truite fumée française, tzatziki,
tapenade, légumes grillés, fêta, pain pita

Cheese Lover 20 €
3 fromages du moment, légumes grillés,
miel, fruits, tapenade, pain pita

PARTAGEZ ÉGALEMENT !
nos pinsas, nos pitas chypriotes
et salade verte

BRUNCH TOUS LES JOURS DE LA SEMAINE



MENU DU MATIN

PETIT DÉJ' 19 € La formule

Œufs Bio brouillés
d'Île-de-France
& salade verte

Suppléments :

Champignons 2 €

Demi-avocat 3 €

Truite fumée française 6 €

Tartines de baguette
tradition, beurre,
confitures maison

Une boisson chaude au choix
à base de café Bio de spécialité
Espresso, Allongé / Americano 30 cl
Boisson du moment / Café filtre
Cappuccino 30cl / Café crème,
Double espresso / Flat White 30 cl
Latté 30 cl / Noisette 5,5 cl
Ristretto / Latté vertueux +2€

Un jus de fruits
Un jus d'orange pressé
ou jus de pomme

FORMULES MIDI

FORMULE 23,50 € Signature

Une pinsa
ou salade au choix

Une boisson au choix
Citronnade maison
Thé glacé maison
Détox citron gingembre
Smoothie du jour

Supplément de +2 €
Pinsa truite fumée
Pinsa 4 fromages
Salade truite fumée

BRUNCH 39 € healthy gourmand à volonté !

Tous les jours
de la semaine

Buffet des petits 2 à 5 ans 13 €
Buffet enfant 6 à 12 ans 23 €

Plus qu'un brunch, une
expérience à vivre. Un buffet
maison sucré et salé, inspiré
par la cuisine végétale & marine
et pensé pour faire du bien :
recettes pauvres en gluten,
douceurs gourmandes saines
à base de sucres naturels,
et une cuisine qui réconcilie
plaisir et équilibre.

*Nous privilégions des fruits et
légumes issus de l'agriculture
biologique, en favorisant le local,
les petits producteurs et les circuits
courts. Boissons comprises : cafés
Bio équitables, chocolat chaud, thé
glacé et citronnade maison.*



Tous les convives
d'une même table
sont invités à choisir
le brunch à volonté ;
il n'est pas possible
de le mixer avec des
commandes à la
carte. Réservation
sur notre site en
ligne.



FORMULE 19 € Gourmande

Sandwich pita
& salade verte

Une boisson au choix
Citronnade maison
Thé glacé maison
Détox citron gingembre
Smoothie du jour

DU
CŒUR
DANS NOS
SAVEURS

SERVICE CONTINU

SALADES gourmandes

Nos salades sont composées avec une base de saison affichée sur l'ardoise du jour.

Truite fumée française citronnée 22 €

Lentilles vertes, salade verte, truite fumée française, tzatziki, feta, légumes de saison, patates douces rôties, oignons rouges, menthe & aneth fraîches

Falafel Bowl 18 €

Lentilles vertes, salade verte, falafels, houmous, feta, légumes de saison, patates douces rôties, oignons rouges, menthe & aneth fraîches

Végétale rôtie 19 €

Lentilles vertes, salade verte, houmous, légumes grillés, patates douces rôties, oignons rouges, menthe & aneth fraîches

Burrata & truffade 21 €

Burrata artisanale locale, truffade, salade verte, légumes de saison, patates douces rôties, oignons rouges, menthe & aneth fraîches

Grecque à la feta & Halloumi 20 €

Lentilles vertes, salade verte, halloumi grillé, feta, tzatziki, légumes de saison, patates douces rôties, oignons rouges, menthe & aneth fraîches

La belle Méditerranée 19 €

Lentilles vertes, salade verte, thon, tapenade d'olive noire, feta, légumes de saison, patates douces rôties, oignons rouges, menthe & aneth fraîches

Suppléments salade

Champignons 2 €

Demi-avocat 3 €

PINSAS romanas



Pâte pauvre en gluten, à base de farines de riz, soja et blé. Temps de pousse 72 heures, hydratation 80 %

Chèvre miel 21 €

Base blanche légère, mozza, chèvre, oignons rouges, roquette, zaatar

Quatre fromages 23 €

Base blanche légère, mozza, chèvre, brie, feta, oignons rouges, roquette, zaatar

Truite fumée française citronnée 23 €

Base blanche légère, mozza, truite fumée française, roquette, citron confit, zaatar

Méditerranée 20 €

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

Halloumi grillé olives kalamata 20 €

Pulpe de tomate, halloumi, artichauts, olives kalamata, oignons rouges, roquette, zaatar

La Végétale 19 €

Pulpe de tomate, champignons de Paris, légumes grillés de saison, roquette, tomates en saison, zaatar

Margherita 16 €

Pulpe de tomate, mozza, huile d'olive, zaatar

L'italienne 20 €

Pulpe de tomate, mozza, artichauts, parmiggiano, zaatar

La Verde 22 €

Pulpe de tomate, mozza, légumes grillés de saison, pesto, tomate, zaatar

Crème de pistache & noix 21 €

Base blanche légère, mozza, légumes grillés de saison, crème de pistache, noix, zaatar

Burrata truffade 23 €

Base blanche légère, mozza, burrata artisanale, truffade, roquette, zaatar

PITA CHYPRIOTE & SALADE VERTE

Pita truite fumée française 17 €

Tzatziki, truite fumée, feta, crudités de saison, oignons rouges, herbes fraîches, zaatar

Pita aux légumes grillés 16 €

Pesto au basilic, légumes de saison, feta, crudités de saison, oignons rouges, herbes fraîches, zaatar

Pita thon olives kalamata 16 €

Tzatziki, thon, feta, crudités de saison, oignons rouges, herbes fraîches, zaatar



BOISSONS

SMOOTHIES bio énergie 7,90 €

- Sunny Boost**
Orange, carotte, citron, glace
- Green Breeze**
Pomme, concombre, gingembre, glace
- Golden Energy**
Carotte, pomme, gingembre, glace
- Citrus Boost**
Pomme, citron, gingembre, glace
- Green Energy**
Epinards, kiwi, banane, jus de pomme, basilic

SMOOTHIES bio gourmands fruités 7,90 €

- Douceur framboise**
Framboises, banane, pomme, menthe
- Mangue passion**
Mangue, ananas, banane, jus de pomme, gingembre
- Fraîcheur 100 % ananas**
Ananas, jus de pomme, menthe

MILKSHAKES 7,90 €

- Vanille de Madagascar
Nocciatella
Tiramisu à l'Amaretto
Dattes avec morceaux
Pistache
Citron vert feuille de menthe
Noisette aux éclats de nougatine
Fraise de France
Pastèque
Stracciatella, copeaux de chocolat
Fleur d'oranger
Caramel crème salée

Suppléments
Lait végétal Avoine
ou Soja Barista 0,50 €

BOISSONS BIO LOCALES fermentées

- Kéfir 6,90 €**
Pamplemousse
Menthe citron
Sureau hibiscus
Verveine citronnée
Menthe passion
- Infusion 6,90 €
probiotique agrumes**
- Infusion 6,90 €
menthe poivrée**
- Kombucha 6,90 €**
Gingembre
Hibiscus chai
Mangue vanille
Verveine citronnelle

BOISSONS CHAUDES OU GLACÉES

Cafés de spécialité bio équitables

- | | |
|-----------------------------------|--------|
| Espresso, Allongé | 2,40 € |
| Americano 30 cl | 3,60 € |
| Café filtre | 4 € |
| Cappuccino 30 cl
ou Café crème | 4,90 € |
| Double espresso | 3,50 € |
| Flat White 30cl | 5,90 € |
| Latté 30 cl | 5 € |
| Noisette 5,5 cl | 3 € |
| Ristretto | 2,40 € |
| Chocolat chaud 70 % | 6,50 € |

Suppléments
Lait végétal Avoine
ou Soja Barista 0,50 €

Thés Mariage Frères 5,50 €

- Marco Polo**
Thé noir, senteurs de fleurs
et fruits de Chine et Tibet
- Earl Grey Imperial**
Thé noir, Darjeeling à la bergamote
- Casablanca**
Thé vert & thé noir à la menthe
douce, note de bergamote
- Jasmin mandarin**
Thé vert parfumé aux tendres
fleurs de jasmin
- Rouge metis**
Rooibos rouge sans théine aux
fruits rouges et noirs, fleurs tendres

BOISSONS fraîches

- | | |
|--|--------|
| Eau détox | 5 € |
| Eau gazeuse filtrée | 5 € |
| Eau plate filtrée | 4 € |
| Jus d'orange | 6,50 € |
| Jus de pomme | 6 € |
| Thé glacé maison | 7 € |
| Citronnade maison | 7 € |
| Détox citron gingembre
gingembre frais, citron, miel, | 7 € |
| Ginger Shot 4 cl | 5 € |

Lattes vertueux Bio sans café 6,90 €

- Tchai latté**
Thé noir aux épices
réconfortantes, cannelle,
gingembre, cardamome,
clou de girofle
- Ubé violet, patate douce
violet, vanille bourbon**
riches en antioxydants
et fibres

Golden latté, curcuma
antioxydant et apaisante

**Black latté
au charbon végétal**
Naturellement riche
en minéraux et saveurs
torréfiées

Blue spiruline bleue
antioxydant et revitalisant

**Pink betterave
et cacao cru**
La betterave pour la vitalité,
le cacao cru antioxydant,
riche en magnésium

Pumkin spice latte
Pour une énergie douce

Matcha pur premium
Naturellement riche en
antioxydants, le matcha
procure une énergie progressive

Suppléments
Lait végétal Avoine
ou Soja Barista 0,50 €

ALCOOLS

Vins bio petits producteurs

- | | |
|---|---------|
| Domaine Sauvette - Touraine | |
| Verre vin blanc, rosé ou rouge | 7,50 € |
| Bouteille 75 cl blanc, rosé ou rouge | 30 € |
| Domaine de la Croix Montjoie
- Bourgogne | |
| Verre de Chardonnay | 11,90 € |
| Bouteille 75 cl Chardonnay | 45 € |
| Verre de Pinot noir | 12,90 € |
| Bouteille de 75 cl Pinot noir | 49 € |
| Domaine Richaud
- Côtes du Rhône | |
| Verre de blanc « À la source » | 7,90 € |
| Bouteille 75 cl « À la source » | 39 € |
| Verre de rouge « Terre de galets » | 9,50 € |
| Bouteille de 75 cl « Terre de galets » | 42 € |

Bières bio locales

- | | |
|--------------------------|--------|
| Pressions locales | |
| Pression Galia 25 cl | 5,50 € |
| Presison Galia 50 cl | 9,50 € |
| Dock Donohue | |
| Indigo IPA | 6,90 € |
| Pilsner | 6,90 € |
| Mission Pale | 6,90 € |
| Aube blanche | 6,90 € |

Champagne bio Martinot et cocktails

- | | |
|------------------------------------|------|
| Flûte de
Champagne bio | 12 € |
| Bouteille
Champagne bio | 45 € |
| Cocktail mimosa | 10 € |