

Nos propositions végétariennes

Plat du jour

En fonction des saisons et de son inspiration, le chef vous propose de découvrir ses recettes.

Du lundi au vendredi midi :

14,00 € le plat du jour

18,00 € le plat du jour + dessert au choix

MENU DU CHEF

Viandes

Accompagnement : Frites maison et salade

BAVETTE D'ALOYAU ANGUS.....17,50 €
Origine Irlande

STEAK TARTARE AU COUTEAU, PRÉPARÉ.....16,00 €
Origine France

STEAK HACHÉ DE BŒUF11,00 €
Origine France

EFFILOCHÉ DE PORC MAISON CONFIT 8H.....12,50 €
Origine France

LE "STEAK" DU VÉGÉTARIEN.....10,50 €
Blé, fromage, épinards et graines de courge

Acrabes

ACRABES + Dessert.....18,00 €

MENU ACRABES

ACRABES.....14,00 €
Acras au cabre et poisson maison x3, tartare de légumes de saison, sauce aneth et citron

B'O Burgers

À emporter : sans coleslaw

BURGER + Dessert.....18,50 €

MENU BURGER

NANTAIS14,50 €
Pain burger de notre boulanger, garniture au choix, sauce crème moutarde à l'ancienne, Curé Nantais, confit d'oignons au cidre, cornichons, mâche nantaise + frites maison et coleslaw

TOM SAWYER14,50 €
Pain burger de notre boulanger, garniture au choix, sauce crémeuse à la ciboulette, tomme de Savoie, lardons grillés, choux rouge au vinaigre de framboise, oignons frits, salade sucrine + frites maison et coleslaw

CHEROKEE14,50 €
Pain burger de notre boulanger, garniture au choix, sauce crémeuse à la moutarde, cornichons et échalotes, double cheddar, ketchup, lard grillé, oignons frits, salade feuille de chêne + frites maison et coleslaw

BURGER SEUL AU CHOIX.....12,50€
Sans frites, sans coleslaw

SUPPLÉMENT XL DOUBLE GARNITURE.....4,00 €

Votre garniture au choix

- Steak de bœuf façon bouchère 125gr
- Effiloché de porc maison confit 8h
- "Steak" du végétarien

Salades

SALADE + Dessert.....17,50 €

MENU SALADE

CÉSARIA.....13,50 €
Salade feuille de chêne, aiguillettes de poulet panées, œuf, tomates cerises, copeaux de parmesan, crispy bacon, sauce César
Supplément XL double aiguillettes de poulet : 3,50€

CAPPELLA.....13,50 €
Salade feuille de chêne et mâche, chèvre pané, endives rouges, betterave, choux blanc, noix, raisins secs, croûtons et vinaigrette la framboise
Supplément lard grillé : 1,50€

EVASION.....13,50 €
Salade feuille de chêne, falafels, choux chinois, carottes, concombre, mangue, coriandre, cébettes, oignons frits, cacahuètes, vinaigrette aigre-douce

Sandwichs

SANDWICH + Dessert.....10,00 €

MENU SANDWICH

TIBERUS6,00 €
Pain de tradition Française, aiguillettes de poulet panées, sauce César, œuf, copeaux de parmesan, salade

TOMMY.....6,00 €
Pain de tradition Française, sauce crémeuse à la moutarde, tomme de Savoie, choux rouge acidulé, carotte, oignons frits, mâche, vinaigrette balsamique

Apéro

SAUCISSON SEC 150 gr6,50 €
Nature, noisettes ou aux cèpes

PLANCHE VÉGÉ (SAUF MIDI EN SEMAINE).....10,50 €
Chili cheese nuggets x6, falafels x8 : Au choix : sauce cocktail pimentée ou sauce curry-mango

PLANCHE AIGUILLETES.....10,50 €
Aiguillettes de poulet panées x6. Au choix : sauce cocktail pimentée ou sauce curry-mango

ASSIETTE DE FROMAGES.....7,00 €
Assortiment de 3 fromages

ASSIETTE DE FRITES MAISON.....4,40 €

Petits grimpeurs

MENU STEAK HACHÉ DE BŒUF.....10,00 €
Avec frites maison + 1 glace Oasis ou 1 compote

MENU AIGUILLETTE10,00 €
Poulet panées avec frites maison + 1 glace Oasis ou 1 compote

MENU BURGER.....11,00 €
Pain burger de notre boulanger, steak haché de bœuf, ketchup, cheddar
Avec frites maison + 1 glace Oasis ou 1 compote

Desserts

DESSERT DU JOUR.....5,50 €
TIRAMISU SPECULOOS-CANNELLE.....5,50 €
FONDANT AU CHOCOLAT, CRÈME VANILLE.....5,50 €
CHEESECAKE ET COULIS DE FRUITS ROUGES...5,50 €
SALADE DE FRUITS FRAIS MAISON.....5,50 €
YAOURT NATURE KER RONAN ET GRANOLA4,00 €
Au choix : Coulis de fruits rouges ou Sauce caramel
CAFÉ OU THÉ GOURMAND.....7,00 €
Menu + gourmand : supplément 2,00 €

Pause sucrée

ENERGIE BALL.....1,70 €
Amande, datte, thé matcha et coco
COOKIE AUX 2 CHOCOLATS.....3,50 €
GLACE NUII VANILLE ET AMANDES.....3,50 €

Boissons chaudes

EXPRESSO (5 cl)1,80 €
ALLONGÉ (12cl)1,80 €
DOUBLE EXPRESSO (12 cl)3,00 €
MACCHIATO/NOISETTE (6 CL)1,90 €
LATTE (24cl)3,90 €
CAPPUCCINO (24 cl)3,90 €
CHOCOLAT CHAUD (24 cl)3,90 €
THÉS & INFUSIONS (36cl).....3,50 €

Thé Dammann frères : Noir Darjeeling, Vert Oriental, Rooibos citrus
Tisane Dammann frères : Tilleul-menthe poivrée

DERNIERE COMMANDE

En semaine : cuisine 22h30, bar 23h
Samedi : cuisine 17h, bar 21h
Dimanche et jours fériés : cuisine 20h30, bar 21h

Eaux

sur place

EVIAN 1L.....	4,90 €
SAN PELLEGRINO 1L.....	4,90 €
SAN PELLEGRINO 50cl.....	3,90 €

À emporter

EAU DE SOURCE ROCHE DES ECRINS 1,50L.....	3,50 €
CRISTALINE PÉTILLANTE 50cl.....	2,20 €
CRISTALINE 33cl.....	2,20 €

Cocktail de fruits maison & Ginger Boost

Le midi en semaine nous vous proposons uniquement notre jus d'orange frais pressé

JUS D'ORANGE FRAIS PRESSÉ 40 cl.....	4,50 €
HAPPY HOUR 19h00-20h30 la semaine.....	3,50 €

LE DYNAMITE 40cl.....	5,90 €
Pamplemousse, fruits rouges, feuilles de menthe	


LE KIRBY 40cl.....	5,90 €
Orange, fraise, ananas	


LE PRISE DE NICE 40cl.....	5,90 €
Orange, mangue, gingembre	


LE B14 40cl.....	5,90 €
Orange, thé matcha, feuilles de menthe, lait de coco (contient du soja)	

GINGER BOOST 40 cl.....	4,50 €
Limnade, citron, gingembre	

Symples & Kombucha

 SYMPLES RELAXANTE 33cl.....	4,90 €
Fines bulles : verveine et cerise	

 SYMPLES ÉNERGISANTE 33cl.....	4,90 €
Fines bulles : thym et citron	



 KOMBUCHA ATIKA 33 cl.....	5,10 €
Citron vert-menthe ou Pêche	

Sodas & jus




sur place

COCA-COLA, ZERO 33cl.....	3,90 €
ORANGINA 25cl.....	3,90 €
ICE TEA PÊCHE 25cl.....	3,50 €
JUS BOUTEILLE 25cl.....	3,50 €
Pomme, ananas ou fraise	
LIMONADE ARTISANALE «LORINA» 33cl.....	3,90 €
DIABOLO «LORINA» 33cl.....	4,10 €
Grenadine, pêche, citron ou menthe	
SIROP À L'EAU 40cl.....	2,30 €
Grenadine, pêche, citron ou menthe	

À emporter

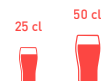
COCA-COLA 33cl.....	2,60 €
ICE TEA PÊCHE 33cl.....	2,60 €
LIMONADE ARTISANALE «LORINA» 33cl.....	3,90 €
JUS D'ORANGE FRAIS PRÉSSÉ 50cl.....	5,50 €
 SYMPLES 33cl.....	4,90 €
Relaxante ou Énergisante	
 KOMBUCHA ATIKA 33 cl.....	5,10 €
Citron vert-menthe ou Pêche	

Bières & cidres bouteille

 CIDRE GALIPETTE 4° 33cl.....	5,90 €
LIEFMANS 3,8° 25cl.....	4,20 €
DESPERADOS 5,9° 33cl.....	4,90 €
 NAUTILE PALE ALE 4,8° 33cl.....	5,90 €
 NAUTILE AMBRÉE 5,2° 33 cl.....	5,90 €
GOXOA PALE ALE SANS ALCOOL 0,4° 33cl.....	5,90 €
GOXOA IPA SANS ALCOOL 0,4° 33cl.....	5,90 €
AEROFAB 33cl/44cl.....	5,90€/7,90 €
Du moment en canette à découvrir	

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.
A consommer avec modération.
La vente d'alcool est interdite aux mineurs.
La liste des allergènes est disponible en salle.
Prix nets, service compris.
Tickets et cartes restaurant acceptés.

Bières pressions



MONT-BLANC CRISTAL 4,7°	4,20 € / 7,50 €
HAPPY HOUR 19h00-20h30 la semaine.....	3,00 € / 5,50 €
CHOUFFE 8°.....	4,80 € / 8,60 €
VEDETT EXTRA WHITE 4,7°.....	4,40 € / 7,80 €
AEROFAB Micro Brasserie Nantaise.....	4,90 € / 8,90 €
Brassin du moment à découvrir	
PANACHÉ	3,90 € / 6,90 €
MONACO	4,10 € / 7,10 €
SUPPLÉMENT SIROP	+ 0,50 €

Vins



Vins rouges

« PINOT NOIR »	4,80 € / 24,00 €
IGP VAL DE LOIRE PAR POIRON-DABIN	
Équilibré sur des notes de fruits rouges et cerise noire	

 « LOU PITCHOUN »	5,20 € / 26,00 €
AOP CÔTES DU RHÔNE DOMAINE DES GRAVENNIS	
Légèrement épicé, aux tannins souples et frais	

« VIEILLES VIGNES »	6,80 € / 34,00 €
AOC CHINON DE LA MAISON ANGELLIAUME	
Vieilli en fût et puissant	

Vins blancs

« PARLEZ-VOUS LA LOIRE ? ».....	4,20 € / 21,00 €
IGP VAL DE LOIRE	
Très frais et minéral	

« SAUVIGNON FIE GRIS ».....	4,80 € / 24,00 €
IGP VAL DE LOIRE PAR POIRON-DABIN	
Rond et fruité	

KIR Cassis ou pêche.....	4,90 € / -
--------------------------	------------

Vin rosé

« BERLIGOU ».....	4,80 € / 24,00 €
IGP VAL DE LOIRE PAR POIRON-DABIN	
Sec et frais	

Vin pétillant

« CREMANT DE LOIRE ».....	- / 34,00 €
DOMAINE DE LA PRÉVOTÉ	
Fines bulles, brut	

 **Block'Out**
RESTAURANT



27 Bd Bâtonnier Cholet
44100 Nantes
02 40 92 88 62

Bar & Restaurant