Plat du jour

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

Du lundi au vendredi :
13,50 € le plat du jour
17,50 € le plat du jour + dessert
MENU DU CHEF

B'O Burgers

BURGER / frites* + dessert ..... MENU BURGER ..... + 4 €

LE SMASH BURGER ..... 13,90 €
Bun, steak façon bouchère, cheddar affiné, cornichons, oignons rouges, bacon grillé, sauce barbecue. Salade + frites maison.

LE CHÈVRE ..... 13,90 €
Bun, crème d'oignons confits à la bière et au miel, lard grillé, chèvre, tomate, viande au choix. Salade + frites maison.

LE BURGER DU MOMENT ..... 14,90 €
Consultez notre carte de plats du moment.

VOTRE VIANDE AU CHOIX
Steak de bœuf façon bouchère (125gr, origine France)
ou escalope de poulet panée
ou galette végétarienne

***Toutes nos frites sont faites avec la pomme de terre de France ou de notre région.**

Suppléments

Pour les plus gourmands !

OEUF AU PLAT ..... 1,50 €
GALETTE DE POMME DE TERRE ..... 2,00 €
SUPPLÉMENT VIANDE ..... 4,00 €

Bagel

BAGEL / frites* + dessert ..... MENU BAGEL ..... + 4 €

LE SAUMON ..... 13,90 €
Pain bagel brioché, cream cheese citronnée, oignons rouges, tranches d'avocat, saumon fumé, roquette, accompagné de frites maison et de salade.

À EMPORTER SANS ACCOMPAGNEMENT ..... 7,90 €

Boissons

Jus & Smoothies

JUS D'ORANGE PRESSÉ (40 cl) ..... 4,90 €

FRIZZBERRY (40cl) ..... 5,90 €
Fraise, framboise, mûre, groseille, lait d'amandes, citron vert.

GINGER TONIC (40cl) ..... 5,90 €
Ananas, gingembre, fromage blanc, miel

Jus en bouteille

GRANINI POMME (25cl) ..... 3,50 €

Softs sur place

EAU AVEC SIROP (33 cl) ..... 2,00 €
FUZE TEA (25 cl) ..... 3,10 €
LIMONADE "PHÉNIX" (25 cl) ..... 3,10 €
DIABOLO "PHÉNIX"(28 cl) ..... 3,60 €
COCA-COLA, COCA ZÉRO (33 cl) ..... 4,00 €

Softs à emporter

TROPICO (33 cl) ..... 2,50 €
FUZE TEA (33 cl) ..... 2,50 €
COCA-COLA, COCA ZÉRO (33 cl) ..... 2,50 €

Infusions pétillantes

L'aventure Symples commence à Milly la Forêt en forêt de Fontainebleau. C'est l'idée de deux ingénieurs agronomes passionnés d'escalade qui veulent proposer des alternatives saines aux sodas traditionnels : des infusions pétillantes bio de plantes françaises, faibles en sucre et 100% naturelles.

ÉNERGISANTE (33 cl) ..... 4,50 €
Thym et citron.

RELAXANTE (33 cl) ..... 4.50 €
Verveine et cerise.

DÉTOXIFIANTE (33 cl) ..... 4,50 €
Sureau et pomme.

Eaux sur place

BADOIT (50 cl) ..... 3,80 €
Pétillante

Eaux à emporter

CRISTALINE (50 cl) ..... 2,00 €
CRISTALINE (1,5 L) ..... 2,70 €
BADOIT (50 cl) ..... 2,50 €

Viandes

VIANDE + dessert ..... MENU VIANDE ..... + 4 €

PIÈCE DU BOUCHER DU MOMENT .....
Sauce au choix + frites maison / salade ou poêlée de légumes.
Consultez notre carte de plats du moment.

STEAK HACHÉ FAÇON BOUCHÈRE ..... 9,90 €
Bœuf origine France (125 gr), Sauce au choix + frites maison / salade ou poêlée de légumes.

ESCALOPE DE POULET PANÉE ..... 9,90 €
Sauce au choix + frites maison / salade ou poêlée de légumes.

GALETTE VÉGÉTARIENNE ..... 9,90 €
Sauce au choix + frites maison / salade ou poêlée de légumes.

Garnitures

ASSIETTE DE SALADE ..... 2,00 €
ASSIETTE DE FRITES MAISON* ..... 3,90 €
POÊLÉE DE LÉGUMES DE SAISON ..... 4,20 €

Vins

Vins rouges
Au verre ou au pichet

12,5 cl — 25 cl — 50 cl

RHÔNE
IGP CÔTES DU RHÔNE ..... 3,00 € / 5,00 € / 8,00 €

Vins rosés
Au verre ou au pichet

SUD
TORRA DI SERENA ..... 3,00 € / 5,00 € / 8,00 €
Île-de-Beauté I.G.P

Vins blancs
Au verre ou au pichet

SUD-OUEST
IGP CÔTES DE GASCOGNE ..... 3,00 € / 5,00 € / 8,00 €
UBY

Bières

Cacahuètes 1,50 €

Duvel

Bières pression

25 cl — 50 cl

MONT BLANC CRISTAL (sans gluten) ... 4,20 € / 8,00 €

HAPPY HOUR 18H-20H DU LUNDI AU VENDREDI — MONT BLANC CRISTAL 3,00 € / 5,50 €

BLANCHE DU MONT-BLANC ..... 4,30 € / 8,20 €
VEDETT IPA ..... 4,50 € / 8,40 €
CHOUFFE ..... 4,80 € / 8,60 €

PANACHÉ ..... 3,80 € / 7,00 €
MONACO ..... 4,00 € / 7,60 €
PICON ..... 5,00 € / 8,80 €

SUPPLÉMENT SIROP ..... 0,50 €
CACAHUÈTES ..... 1,50 €

Bières bouteille

LIEFMANS PÊCHE (25cl) ..... 4,30 €
LIEFMANS FRUITESSE (25cl) ..... 4,30 €
DESPERADOS (33 cl) ..... 5,90 €
DUVEL (33cl) ..... 6,00 €
VERTE DU MONT-BLANC (33cl) ..... 6,90 €
CHOUFFE sans alcool (33cl) ..... 4,30 €

HAPPY HOUR 18H-20H DU LUNDI AU VENDREDI — CHOUFFE SANS ALCOOL 3,50 €

Cidres

FILS DE POMME — Le Cidre Botanique Français

BRUT (33 cl) ..... 6,50 €
ROSE (33 cl) ..... 6,50 €

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.

Salades

SALADE + Dessert ..... MENU SALADE ..... + 4 €

Pour une version végétarienne : remplacez la viande ou le poisson par des gyozas (x4) ou des falafels (x4)

LA CÉSAR ..... 12,90 €
Salade, œuf, aiguillettes de poulet panées, tomates cerises, Parmigiano Reggiano AOP, chips de jambon cru, sauce césar.

LA CAPRESE ..... 14,90 €
Salade, trio de tomates de couleurs au pesto de basilic, Parmigiano Reggiano AOP, burratina, oignons rouges, chiffonnade de jambon cru, gressins, vinaigrette au balsamique.

LE BLOCK BOWL ..... 14,90 €
Riz vinaigré, avocat, saumon fumé, radis rouge, mangue, fèves de soja, pickles d'oignons rouges, graines de sésame, sauce thaï.

LA SALADE DU MOMENT .....
Consultez notre carte de plats du moment.

Club sandwich

CLUB + dessert ..... MENU CLUB ..... + 4 €

LE CLUB ROYAL ..... 12,90 €
Pain de mie, mayonnaise, emmental, poulet, œuf, tomate, bacon, salade. Frites maison + salade.

À EMPORTER SANS ACCOMPAGNEMENT ..... 7,90 €

Petits grimpeurs
Jusqu'à 14 ans

9,90 € Abonné(e) école escalade

MENU ENFANTS ..... 10,90 €
Nuggets ou Burger enfant + frites maison + 1 sirop +1 glace Push-up Haribo ou 1 compote

Block'Out
GRIMPER. PARTAGER. SE RÉGALER.

Apéros

En continu

CHILI CHEESE NUGGETS (x8) ..... 5,20 €
GYOZAS (x6) ..... 5,20 €
FALAFELS (X6) ..... 5,20 €
AIGUILLETTES DE POULET PANÉES (X6) ..... 9,90 €

Sauce au choix : Barbecue ou piment doux ou sauce du moment.

SAUCISSON SEC (200 gr) ..... 8,50 €

À partir de 18h

LA PLANCHE FUSION small ..... 10,90 €
Gyozas (x3), chili cheese (x4), aiguillettes de poulet panées (x2), falafels (x4), sauce piment doux.

LA PLANCHE FUSION xl ..... 20,90 €
Gyozas (x6), chili cheese (x8), aiguillettes de poulet panées (x4), falafels (x8), sauce piment doux.

En semaine :
Dernière commande
en cuisine : 22h30
au bar : 23h

En week-end & jours fériés :
Dernière commande
en cuisine : 17h
au bar : 21h

Boissons chaudes

EXPRESSO (8 cl) ..... 1,90 €
ALLONGÉ (16 cl) ..... 1,90 €
NOISETTE (10 cl) ..... 2,20 €
DOUBLE EXPRESSO (16 cl) ..... 3,40 €
CHOCOLAT CHAUD (30 cl) ..... 3,50 €
LATTE (30 cl) ..... 3,80 €
CAPPUCCINO (30 cl) ..... 4,20 €
SUPPLÉMENT LAIT D'AMANDES ..... + 1 €
THÉS & INFUSIONS (30cl) ..... 3,50 €

Thé Dammann frères : menthe verte, Bali, jardin bleu, fruits rouges, breakfast.

Tisane Dammann frères : verveine menthe poivrée, berger.

Desserts

BRIOCHE PERDUE ..... 5,20 €
CHEESECAKE et son coulis ..... 5,20 €
FROMAGE BLANC coulis de fruit et fruits frais ... 5,20 €
TIRAMISU ..... 5,20 €

DESSERT DU MOMENT ..... 5,20 €

CAFÉ, THÉ OU CHOCOLAT GOURMAND ..... 7,20 €
(Supplément 2€ pour les formules).

COOKIES les mercredis et week-ends ..... 3,90 €
Consultez notre ardoise pour ces petites faims.

Glaces

CARTE D'OR

PUSH UP HARIBO ..... 3,50 €
TWISTER COSMIX ..... 3,50 €
REINE DES NEIGES ..... 3,50 €
CORNETTO vanille-fraise ..... 3,90 €

MAGNUM ..... 3,90 €
Parfums : amandes-chocolat, vanille-chocolat blanc, utopia (double noisette).

Gaufres

NATURE OU SUCRÉE ..... 4,60 €
NUTELLA / CARAMEL / CHOCOLAT ..... 5,20 €
SUPPLÉMENT CHANTILLY ..... 0,60 €

Block'Out
RESTAURANT

Bar & Restaurant

Plats du jour
Burgers
Salades
Desserts maison
Bières de choix

3 rue Georges Barrès
33 300 BORDEAUX

05 57 93 96 19