

## Composez votre dessert ...

Toujours dans une volonté de manger sainement et à son goût, nous vous offrons la possibilité de composer vous même votre dessert ou crêpe sucrée en y ajoutant la sauce et les toppings de votre choix.

### 1 Je choisis ma base



- Fromage blanc 0%
- Panna cotta
- Compote de pomme/fromage blanc
- Salade de fruits frais

hors Menu

2.50€ unité

- Crêpe sucrée

3.00€ unité

### 2 Je choisis ma sauce



- Sauce chocolat ou fruits rouges ou exotique
- Nutella
- Confiture de fraise
- Caramel
- Crème de marron



0.50€ unité

### 3 Je choisis mon topping



- Granola
- Spéculos
- Oreo
- Daim
- kit & kat
- Lion
- Smarties
- Fruits frais
- Billes de riz soufflés au chocolat



0.50€ unité

## Les Yaourts glacés (frozen yogurt)

Nature 3.00 €



Topping: (+ 0.50 unité)

- smarties
- oreo
- spéculos
- kit kat
- billes de riz soufflés chocolat
- Lion
- Daim
- Granola
- Smarties

Coulis: (+0.50 unité)

- chocolat noir magique
- framboise
- fraise
- caramel
- mangue, passion, yuzu

## Smoothie 4.50 €



Fruits frais selon saison



## Boissons

Toutes nos boissons sont comprises dans nos menus (Coca, Coca 0, 7up mojito, Ice tea, Fanta citron/orange Orangina, Oasis, Schweppes agrumes, eau plate 50cl)

San pellegrino, Pulco citron (supplément 1€)

**Commande de 8h00 à 10h00\* par mail uniquement**

**(nom, adresse & numéro OBLIGATOIRE) confirmation par retour de mail**

\*toutes commandes passées ce délai ne pourra être prise en compte

**Tél : 09.81.28.34.74**  
mail : [contact@resto-loption.fr](mailto:contact@resto-loption.fr)

### HORAIRES D'OUVERTURE

**Le midi:** du lundi au vendredi de 11h à 15h

**Le soir:** mercredi au vendredi soir de 19h à 22h

70 place blanche Tenza - 13730 St-Victoret



**NOUVEAU SAINT-VICTORET**

**NOUVEAU CONCEPT RESTAURATION RAPIDE SAINE & GOURMANDE**



**Livraison Gratuite**  
sans minimum de commande  
**de 11h30 à 12h30**

**Livraison possible sur les villes suivantes**

St Victoret, Marignane, Gignac, Vitrolles (midi & soir)

Parc du Golf, Europarc, les Milles, Aix La Duranne (midi uniquement)

1 Je choisis ma base

2 Je choisis mes ingrédients frais

3 Je choisis mon assaisonnement

Moyens de paiement



Retrouvez nous sur :



**L'OPTION SELON VOS ENVIES**

N'hésitez pas à liker notre page pour être informé des nouveautés & actualités

[www.resto-loption.fr](http://www.resto-loption.fr)

## Composez votre salade...

### 1 Je choisis ma base

Salade « jeune pousse » ou « mâche »  
Pâtes - Quinoa



### 2 Je choisis mes ingrédients frais (5 ingrédients inclus)

- Poulet - Poulet pané - Jambon cuit ou cru - Thon - Surimi
- Saumon - Crevette - Tomates - Carotte - Champignons
- Croûton - Noix - Poivrons - Courgette - Concombre
- Maïs - Oignon - Radis - Coeur de palmier - Avocat
- Pois chiches - Olive noir - Chèvre - Mozzarella
- Emmental - Roquefort - Feta - Oeuf - Boursin



### 3 Je choisis mon assaisonnement

- Vinaigrette
- Huile d'olive
- Huile d'olive et balsamique
- Sauce balsamique framboise
- Sauce miel moutarde
- Sauce caesar
- Sauce balsamique tomates séchées
- Sauce Andalouse (tomates, poivrons)

\*Salade seule : 7€90



## Menu salade : 10€90

- 1 salade au choix avec 5 ingrédients
- 1 boisson 33cl ou 1 bouteille d'eau 50 cl
- 1 dessert au choix (hors yaourt glacé et smoothie) avec 1 topping ou 1 sauce au choix

\*supplément 1.50 € crêpe sucrée ou muffin tout chocolat ou vanille pépite chocolat

Ingrédients supplémentaires : 1€

En fonction de la saison et de vos envies, nous serons amenés à modifier la liste de nos ingrédients!!!!

NB: Ustensiles (fourchettes, couteau, cuillère, serviette) et morceau de pain inclus

## Composez votre omelette...

Plat chaud, rapide et sain, nous vous proposons de composer vous même votre omelette en y ajoutant les ingrédients frais de la liste ci dessous.

(3 ingrédients inclus)



- Jambon cru ou cuit - Poulet - Poulet pané - Thon - Champignons - Tomates - Pommes de terre
- Oignons confits - Poivrons - Chèvre - Emmental - Boursin
- Fromage « Kiri » - Reblochon - Roquefort - Mozza râpé

Ingrédient supplémentaire : 1€



Omelette + petite salade d'accompagnement : 6€90

## Menu Omelette : 9€90

- 1 omelette avec 3 ingrédients inclus
- 1 petite salade d'accompagnement
- 1 boisson 33cl ou 1 bouteille d'eau 50cl
- 1 dessert au choix (hors yaourt glacé et smoothie) avec 1 topping ou 1 sauce au choix

\*supplément 1.50 € crêpe sucrée ou muffin tout chocolat ou vanille pépite chocolat

## Composez votre crêpes salées...

Plat chaud et gourmand, ces crêpes personnalisable vont changer votre vision des crêpes!

### 1 Je choisis ma sauce

- nature ou crème fraîche

### 2 Je choisis mes ingrédients (4 ingrédients inclus)

- Jambon cru ou cuit - Poulet - Poulet pané - Thon - Champignons - Tomates - Pommes de terre
- Oignons confits - Poivrons - Chèvre - Emmental - Boursin
- Fromage « Kiri » - Reblochon - Roquefort - Mozza râpé
- Oeuf au plat (supp. 1€)

Ingrédient supplémentaire : 1€



Crêpe + petite salade d'accompagnement : 8€90

## Menu crêpe : 11€90

- 1 crêpe salée avec 4 ingrédients inclus
- 1 petite salade d'accompagnement
- 1 boisson 33cl ou & bouteille d'eau 50cl
- 1 dessert au choix (hors yaourt glacé et smoothie) avec 1 topping ou 1 sauce au choix

\*supplément 1.50 € crêpe sucrée ou muffin tout chocolat ou vanille pépite chocolat



## D'autres envies ...

Chaque semaine, selon la période (Septembre à Mars), il vous sera proposé:



Pâte chaude seule 7€90

## Menu pâte chaude : 10€90

- Pâtes en sauce « chaude » 750 ml (sauce de la semaine disponible sur notre page FACEBOOK ou notre Site Internet)

\*supplément emmental râpé 1€

- 1 boisson 33cl ou 1 bouteille d'eau 50cl
- 1 dessert au choix (hors yaourt glacé et smoothie) avec 1 topping ou 1 sauce au choix

\*supplément 1.50 € crêpe sucrée ou muffin tout chocolat ou vanille pépite chocolat



Toutes nos sauces et plats sont préparés par nos soins avec des produits frais et de qualités