

Nos toasts

CHOIX DE PAIN GRILLÉ

AUX GRAINS GERMÉS, QUINOA, MULTI-GRAINS
* BAGEL OU PAIN S/GLUTEN, OU PAIN
PROTÉINÉ (+\$2)

TOUT SIMPLE \$2.95

AVEC "EARTH BALANCE" OU
BEURRE BIO

CHEEKY MONKEY \$4.95

BEURRE AUX NOIX, BANANE, GRAINES DE
CACAO CRUES

BEE KIND \$4.95

BEURRE D'AMANDES, FRAISES, MIEL,
PROPOLIS D'ABEILLE

Toasts à l'avocat

AU NATUREL \$4.95

TARTINADE D'AVOCATS, HUILE D'OLIVE,
TRANCHE DE LIME, SEL ASSAISONNÉ,
GRAINES DE SESAME NOIRS

LE MED \$5.95

TARTINADE D'AVOCATS, TOMATES CERISES
BIOS, ROQUETTE, POUSSÉS DE TOURNESOL,
FETA, HUILE D'OLIVE, TRANCHE DE LIME ET SEL
ASSAISONNÉ

LE ST. CUTHBERT \$6.95

TARTINADE DE POIS CHICHES ET AVOCATS,
POUSSES D'OGNIONS,
CRÉMA AUX NOIX DE CAJOU ET SRIRACHA,
TRANCHE DE LIME ET SEL ASSAISONNÉ



Nos Wraps Prêt-à-Manger

LE MOJO \$8.95

PATATES DOUCES ROTIS, PESTO AU CHOU FRISÉ
ET NOIX DE GRENOBLE, TOMATES SÉCHÉES,
OIGNONS CARAMÉLISÉS, NOIX DE GRENOBLE,
ROQUETTE, TORTILLA AU BLÉ (CONTIENT DU
SOYA), BASILIQUE.

LE VÉGÉ VELISH (SANS GLUTEN) \$8.95

TARTINADE AUX POIS CHICHES, CRÈME AU
SRIRACHA-NOIX DE CAJOU, LAITUE, CHOU
NAPPA, CHOU ROUGE, POUSSÉS D'OIGNONS,
POUSSES DE TOURNESOL, CAROTTES, WRAP
TORTILLA SANS GLUTEN (CONTIENT DU SOYA)
AVEC TREMPETTE TAHINI-CITRON.

LE TUSCAN "BLT" \$8.95

TEMPEH MARINÉ, LAITUE ROMAINE, RADICCHIO,
ÉPINARDS, BASILIC, TOMATE, TARTINADE DE
HOUMOUS AUX TOMATES SÉCHÉES, TORTILLA AU
BLÉ (CONTIENT DU SOYA), TREMPETTE AU NOIX
DE CAJOU ET SRIRACHA



café & bar santé
32 St. Cuthbert, Montreal

Nos Smoothies aux Superaliments

GREEN MACHINE \$9

CHOU FRISÉ, POMME, BANANE, CITRON, CÉLERI,
GINGEMBRE, EAU DE NOIX DE COCO ET LAIT
DE NOIX DE COCO. (AVEC SPIRULINE +\$2)

LA VITALITÉ \$9

ÉPINARDS, AVOCAT, CÉLERI, MANGUE, BANANE,
EAU DE COCO (AVEC CHLORELLA +\$2)

LE WARRIOR \$10

AVOCAT, BANANE, CACAO CRU, GRAINES DE
CACAO CRUES, DATTES, BEURRE D'AMANDE,
LAIT DE CAJOU (AVEC POUDRE MACA +\$2)

LA VIE EN ROSE \$9

FRAISES, FRAMBOISES, BANANE, YOGOURT
DE NOIX DE COCO, MIEL, LAIT D'AMANDES
ET NOIX DE COCO, (AVEC BAIES DE GOJI +\$2)

LA TROPICOCO \$8

MANGUE, ANANAS, BANANE, YOGOURT DE NOIX DE
COCO, EAU DE NOIX DE COCO, GRAINES DE CHIA
AVEC BAOBAB +\$2

PINA-KALEADA \$9

CHOU FRISÉ, BANANE, ANANAS, YOGOURT DE NOIX DE
COCO, EAU DE NOIX DE COCO, GRAINES DE LIN
AVEC MORINGA +\$2

BLUE LAGOON \$9

BAIES MÉLANGÉES, BLEUETS SAUVAGES, BANANE, ÉPINARDS,
LAIT DE NOIX DE CAJOU, DATTES
AVEC POUDRE DE NOIX TIGRÉE +\$2

LES AJOUTS +\$3

POUDRE PROTÉINÉE VÉGÉTALIANNE
VANILLE OU NATURE

POUDRE COLLAGÈNE

Jus Pressé à Froid Bio

473 ML \$10

BEETIFUL
SUNRISE
LEMONDROP
TUMMY TUCK
GREEN GLORY
VERY VERT
ALMOND BLISS (LAIT DE NOIX)

Nos Soupes

12 OZ \$4.95, 8 OZ \$3.50

SOUPE AU BOK CHOY & CHAMPIGNONS

AVEC LAIT DE NOIX DE COCO, GINGEMBRE ET CURCUMA

CHILI VÉGÉ

AUX ÉPICES DES CARAÏBES AVEC QUINOA,
LÉGUMES ET FÈVES

SOUPE DU JOUR

FAIT MAISON AVEC DES INGRÉDIENTS SAISONNIERS

Bols d'Açaï

GARNI AVEC BANANE, FRUITS SAISONNIERS,
GRAINES DE CHIA, GRANOLAS SANS GLUTEN
MAISON

AMAND'AMOUR \$12.50

BAIES D'ACAI, FRAISES, BANANE, BEURRE
D'AMANDES, DATTES

CHOCO-LOCO \$12.50

BAIES D'ACAI, BANANES, AVOCAT
BEURRE D'AMANDES, CACAO, DATTES
TRUE BLUE \$12

BAIES D'ACAI, BANANE, BLEUETS
ET BAIES MÉLANGÉES

Nos Salades Signatures

AJOUTER DEMI - AVOCAT + \$2.00

MOJO \$10.95

QUINOA ROUGE, ROQUETTE, ROMAINE, RADICCHIO,
PATATES DOUCES, TOMATES SÉCHÉES,
NOIX DE GRENOBLE
-VINAIGRETTE HERBES DU JARDIN-

VIDA \$10.95

ÉPINARDS, ROQUETTE, CHOUX ROUGE,
QUINOA, CANNEBERGES,
NOIX DE GRENOBLE ÉPICÉ, OIGNON ROUGE
-VINAIGRETTE : CANNEBERGES BALSAMIC,

SENSEI \$10.95

CHOUX FRISÉ MARINÉ, RIZ BRUN, QUINOA, CHOU
SAVOIE, BETTERAVES JAUNES, CAROTTES,
FÈVES DE SOJA EDAMAME, TOFU CROUSTILLANT
-VINAIGRETTE SÉSAME GINGEMBRE-

COBB \$10.95

LAITUE ROMAINE, CHOU FRISÉ, HARICOTS NOIRS,
POIVRONS ROUGES, MAÏS, TOMATES CERISES, TEMPEH
MARINÉ, GRAINES DE CITROUILLE AU CURCUMA
AVEC VINAIGRETTE CORIANDRE-LIME,

LE BOSS \$10.95

LAITUE ROMAINE, RADICCHIO, ÉPINARDS, BROCOLIS,
COEURS D'ARTICHAUTS, POIS CHICHES, TOMATES
CERISES, QUINOA, GRAINES DE TOURNESOL
-VINAIGRETTE CITRON-TAHINI-

ATHINA \$10.95

HEIRLOOM TOMATOES, CUCUMBER, GREEK FETA, RED
ONIONS, RED PEPPERS, PITA CHIPS
W/ GREEK DRESSING

Our Toast

CHOIX DE PAIN GRILLÉ

SPROUTED GRAINS, MULTI-GRAIN, QUINOA
*GLUTEN FREE BAGEL, BREAD
OR PROTEIN BREAD +2

PURE AND SIMPLE \$2.95

WITH "EARTH BALANCE" OR
ORGANIC BUTTER

CHEEKY MONKEY \$4.95

NUT BUTTER, BANANA, CACAO NIBS

BEE KIND \$4.95

ALMOND BUTTER, STRAWBERRIES, BEE
POLLEN, HONEY

Avocado Toast

AU NATUREL \$4.95

AVO- "SMASH", OLIVE OIL, LIME, SEASONED
SALT, BLACK SESAME SEEDS

LE MED \$5.95

AVO- "SMASH", ORGANIC TOMATOES,
SUNFLOWER SPROUTS, FETA, OLIVE OIL, LIME,
SEASONED SALT

LE ST. CUTHBERT \$6.95

AVO-"SMASH", CHICK-PEAS SPREAD, ONIONS
SPROUTS, CASHEW CREMA WITH SRIRACHA,
LIME, SEASONED SALT



Our Wraps

LE MOJO \$8.95

SUNDRIED POTATOES, KALE & WALNUT PESTO,
SUNDRIED TOMATOES, ARUGULA, TOMATO BASIL
WHEAT TORTILLA (CONTAINS SOY) CARAMELIZED
ONIONS, WALNUTS,

LE VÉGÉ VELISH (SANS GLUTEN) \$8.95

CHICK PEA "SMASH", SRIRACHA CASHEW CREME,
LETTUCE, RED AND SAVOY CABBAGES, ONION
AND SUNFLOWER SPROUTS, CARROTS, SPINACH
WRAP (GLUTEN FREE - CONTAINS SOY) WITH
LEMON TAHINI DIP

TUSCAN "BLT" \$8.95

MARINATED TEMPEH, SUN-DRIED TOMATO
HUMMUS, ROMAINE, RADICCHIO, BASIL,
TOMATOES, WHOLE WHEAT TORTILLA (CONTAINS
SOY) WITH SRIRACHA CASHEW DIP



café & bar santé

32 St. Cuthbert, Montreal

Superfood Smoothies

GREEN MACHINE \$9

KALE, APPLE, BANANA LEMON, CELERY,
GINGER, COCONUT WATER, COCONUT MILK
ADD SPIRULINA +\$2

LA VITALITÉ \$9

SPINACH, AVOCADO, CELERY, MANGO, BANANA,
COCONUT WATER
WITH CHLORELLA +\$2

LE WARRIOR \$10

AVOCADO, BANANA, COCOA NIBS, DATES,
ALMOND BUTTER, CASHEW MILK
RE D'AMANDE, LAIT DE CAJOU
ADD MACA POWDER +\$2

LA VIE EN ROSE \$9

FRAISES, FRAMBOISES, BANANE, YOGOURT
DE NOIX DE COCO, MIEL, LAIT D'AMANDES
ET NOIX DE COCO, (AVEC BAIES DE GOJI +\$2)

LA TROPICOCO \$8

MANGO, PINEAPPLE, BANANA, COCONUT YOGURT,
COCONUT WATER, CHIA SEEDS
ADD BAOBAB POWDER +\$2

PINA-KALEADA \$9

KALE, BANANA, PINEAPPLE, COCONUT YOGURT,
GROUND FLAX SEEDS
COCONUT WATER
ADD MORINGA POWDER +\$2

BLUE LAGOON \$9

MIXED BERRIES, WILD BLUEBERRIES, BANANA, SPINACH,
CASHEW MILK, DATES
ADD TIGER NUT POWDER +\$2

EXTRAS +\$3

VEGAN PROTEIN POWDER VANILLA OR NATURAL

COLLAGEN POWDER

Organic Cold Pressed Juice

473 ML \$10

BEETIFUL

SUNRISE

LEMONDROP

TUMMY TUCK

GREEN GLORY

VERY VERT

ALMOND BLISS (NUTMILK)

Our Soups

12 OZ \$4.95 , 8 OZ \$3.50

COCONUT BOK CHOY WITH MUSHROOMS

AVEC LAIT DE NOIX DE COCO, GINGEMBRE ET CURCUMA

3-BEAN VEGETARIAN CHILI

WITH QUINOA & CARIBBEAN SPICES

SOUPE DU JOUR

SEASONAL SELECTION

Açaí Bowls

GARNISHED WITH BANANA, SEASONAL FRUITS,
CHIA SEEDS AND HOMEMADE GLUTEN FREE
GRANOLA

AMAND'AMOUR \$12.50

AÇAÍ BERRIES, BANANA, STRAWBERRIES,
ALMOND BUTTER

CHOCO-LOCO \$12.50

AÇAÍ BERRIES, AVOCADO, BANANA, ALMOND
BUTTER, DATES, RAW COCOA

TRUE BLUE \$12

AÇAÍ BERRIES, BANANA, MIXED BERRIES

Our Signature Salads

ADD HALF AVOCADO + \$2.00

MOJO \$10.95

RED QUINOA, ARUGULA, SWEET POTATOES,
ROMAINE, RADICCHIO, WALNUTS,
SUNDRIED TOMATOES W/GARDEN HERB DRESSING-

VIDA \$10.95

ÉPINARDS, ROQUETTE, CHOUX ROUGE,
QUINOA, CANNEBERGES,
NOIX DE GRENOBLE ÉPICÉ, OIGNON ROUGE
W/ CANNEBERGES BALSAMIC,

SENSEI \$10.95

MARINATED KALE, BROWN RICE, QUINOA, SAVOY
CABBAGE, YELLOW BEETS, CARROTS, EDAMAME BEANS,
CRISPY TOFU W/ SESAME GINGER DRESSING

COBB \$10.95

ROMAINE LETTUCE, KALE, BLACK BEANS, RED
PEPPERS, CORN, CHERRY TOMATOES, MARINATED
TEMPEH (CONTAINS GF TAMARI), TURMERIC SPICED
PUMPKIN SEEDS W/ CILANTRO-LIME DRESSING

LE BOSS \$10.95

ROMAINE LETTUCE, SPINACH, RADICCHIO, BROCCOLI,
ARTICHOKE HEARTS, CHICKPEAS, CHERRY TOMATOES,
QUINOA, SUNFLOWER SEEDS W/ LEMON-TAHINI
DRESSING

ATHINA \$10.95

HEIRLOOM TOMATOES, CUCUMBER, GREEK FETA, RED
ONIONS, RED PEPPERS, PITA CHIPS
W/ GREEK DRESSING