



cojean **HIVER**

## JUICE - BAR MINUTE

### JUS DE FRUITS & LÉGUMES PRESSÉS MINUTE

..... 5.10 e

35cl - 100% de fruits et légumes.

**À MÉLANGER SELON VOTRE CHOIX :**

CAROTTE , ORANGE , POMME , GINGEMBRE 

### JUS DE FRUITS MIXÉS MINUTE

..... 5.30 e

35cl - 100% de fruits.

10H DU SOIR EN ÉTÉ  - ananas, fraise, pomme.

LE JARDIN DÉVASTÉ  - fraise, banane, kiwi, pomme.

LNHO - ananas bio, pomme bio, menthe fraîche.

### JUS DE FRUITS & LÉGUMES MIXÉS MINUTE

..... 5.50 e

35cl - 100% de fruits et légumes.

GREEN POWER  - épinard, concombre, pomme.

SUPERHULK  - kale, banane, ananas, orange.

YOUNG BLOOD  - betterave, fraise, ananas, pomme.

### SUPER JUS DE FRUITS & LÉGUMES MIXÉS MINUTE

..... 5.90 e

35cl - 100% de fruits, légumes et graines de chia.

SUPER ORANGE - mangue, baobab bio, pomme bio, graine de chia bio.

SUPER VERT - avocat, concombre bio, moringa bio, kiwi bio, pomme bio, graine de chia bio.

SUPER VIOLET  - açaï, framboise, banane, pomme, graine de chia.

## SOUPES

DÉCOUVREZ LES RECETTES DE LA SEMAINE SUR L'ARDOISE

### CHAUDES .....

4.90 e

30cl - cuisinées chaque jour à partir de légumes bio.

100% végétariennes, sans gluten et sans lactose  
(à l'exception de quelques recettes au fromage).

### ASIATIQUES .....

SOUPE ASIATIQUE

AUX RAVIOLES DE LÉGUMES 

9.30 e

dans un bouillon de légumes : des ravioles aux légumes, des nouilles de riz, des légumes croquants.

SOUPE ASIATIQUE

AUX RAVIOLES DE POULET 

9.30 e

dans un bouillon de légumes : des ravioles au poulet, des nouilles de riz, des légumes croquants et une sauce tom kha au lait de coco légèrement épicée.

SOUPE ASIATIQUE

AUX RAVIOLES DE CREVETTES 

9.30 e

dans un bouillon de légumes : des ravioles aux crevettes, des nouilles de riz, des légumes croquants et une sauce tom yum au lait de coco légèrement épicée.

## ASSIETTES CHAUDES

DÉCOUVREZ LES RECETTES DE LA SEMAINE SUR L'ARDOISE

### LASAGNES VÉGÉTARIENNES .....

9.20 e

### RISOTTO VÉGÉTARIEN .....

9.40 e

### PETIT PLAT CHAUD .....

9.90 e

### PETIT PLAT CHAUD VÉGÉTALIEN .....

9.90 e



PRODUIT VÉGÉTALIEN  
NE CONTIENT NI VIANDE NI POISSON  
NI INGRÉDIENT D'ORIGINE ANIMALE



SANS LACTOSE



ISSU DE L'AGRICULTURE  
BIOLOGIQUE



VOLAILLE FRANÇAISE



SAUCE



PRODUIT VÉGÉTARIEN  
NE CONTIENT NI VIANDE NI POISSON



SANS GLUTEN



ISSU DE LA PÊCHE  
DURABLE



SANS GÉLATINE ANIMALE  
NE CONTIENT NI COCHON NI OUSURON

LES ALLERGÈNES ET VALEURS NUTRITIONNELLES DE NOS PRODUITS SONT  
DISPONIBLES AU COMPTOIR OU SUR WWW.COJEAN.FR

# SALADES

## PASTA

**ITALIAN PASTA SALAD**  6.80 e  
pâte orecchiette, mozzarella di bufala, câpre, olive verte, olive noire, pignon de pin, basilic, tomate, huile d'olive.

**JAPANESE PASTA SALAD** 6.90 e  
pâte soba, saumon fumé, edamame, pamplemousse, graine de sésame noir, wasabi, aneth, jus de citron, huile de sésame, sauce soja.

## CARNÉES

**SALADE DE POULET CRÉMÉ**   7.10 e  
filet de poulet grillé, haricot vert, edamame, champignon de paris, persil, échalote, sauce crémée au citron.

**SALADE DE QUINOA & RILLETTE DE CABILLAUD**   7.10 e  
quinoa blanc et rouge bio, rillette de cabillaud, radis blanc, groseille, raisin blond, citron vert, aneth, ciboulette, coriandre, huile de sésame, vinaigre de fruits rouges bio.

**SALADE DE TABOULÉ AU POULET & CHÈVRE**  7.60 e  
épeautre bio, filet de poulet grillé, bille de chèvre, pousse d'épinard, grenade, oignon rouge, menthe, jus de citron, huile d'olive.

## VÉGÉTARIENNES

**SALADE DE LENTILLE ET GRENADE**  5.40 e  
lentille verte bio, grenade, pomme, citronnelle, persil, huile de noisette, vinaigre de cidre.

**SALADE DE CHÈVRE CENDRÉ**   6.70 e  
lentille corail bio, haricot vert, petit pois, chèvre cendré, noisette, ciboulette, huile de noix, vinaigre de cidre.

**GREEN SUPERFOOD SALAD**   6.70 e  
quinoa blanc bio, chou kale, potiron, raisin blond, menthe, graine de courge bio, vinaigre de pomme bio, houmous de kale et cerfeuil.

# SANDWICHES

## MINIS

**MINI HOUMOUS**  3.10 e  
houmous, carotte grillée, raisin blond, coriandre dans un pain tradition aux graines de sésame.

**MINI MIXTE** 3.10 e  
jambon blanc, emmental, cornichon, beurre doux dans un pain tradition.

**MINI THON**  3.20 e  
tartnade de thon, concombre bio, ciboulette, basilic dans un pain tradition.

**MINI POULET COMTÉ**  3.30 e  
filet de poulet, comté, cerfeuil, tartnade de champignon dans un pain tradition aux graines de pavot.

**MINI DINDE**  3.90 e  
chiffonnade de dinde, chiffonnade d'emmental, tomate cerise, sauce moutarde dans un pain brioché bio multi-graines.

**MINI SAUMON GRAVELAX** 4.10 e  
saumon fumé, pomme, radis noir, aneth, sauce gravelax dans un pain brioché bio aux graines de pavot.

## TARTINES

**TARTINE CHÈVRE CENDRÉ & HOUMOUS DE TOMATE**  4.10 e  
chèvre cendré, roquette, noix de pécan, houmous de tomate séchée sur une tartine de pain bio multi-graines.

**TARTINE AVOCAT NORI**  4.10 e  
chips de nori au sésame, daïkon cress, tartnade d'avocat au gingembre et citronnelle sur une tartine de pain bio multi-graines.

## BAGUETTES

**BAGUETTE JAMBON BLANC CHEDDAR** 5.60 e  
jambon blanc, cheddar, pousse d'épinard, sauce moutarde au miel dans un pain tradition aux graines de pavot.

**BAGUETTE CAESAR**  5.60 e  
filet de poulet, parmesan, pousse d'épinard, cerfeuil, sauce caesar dans un pain tradition aux graines de sésame.

## TOASTÉS

### DÉCOUVREZ LES RECETTES DE LA SEMAINE SUR L'ARDOISE

**LE VÉGÉ**  7.10 e  
dans un pain bio aux céréales.

**LE CLUB** 7.30 e  
dans un pain bio aux graines de sésame.

# DESSERTS

## FRUITS

SALADE DE FRUITS mélange de fruits frais coupés.	3.50 e
SHOT DE NOIX DE COCO	3.70 e
SHOT DE GRENADE grains de grenade, feuille de menthe. une bombe de vitamine c : 33% des AJR recommandés.	4.30 e
ANANAS	4.60 e
MANGUE	4.60 e
FRUITS COUPÉS mélange de fruits frais coupés.	4.90 e


## PÂTISSERIES

PETIT PAIN COMPLET MULTI-CÉRÉALES 	0.40 e
LE PETIT CANELÉ	1.90 e
PASTEL DE NATA	2.00 e
COOKIES chocolat au lait, chocolat blanc ou trois chocolats.	2.10 e
FLÛTE AUX FRUITS SECS 	2.40 e
CINNAMON ROLL brioche roulée à la cannelle.	2.40 e
CAKES carotte, chocolat, citron-pavot, marbré, pistache-chocolat.	3.10 e

## ENTREMETS

MOUSSE AU CHOCOLAT 	3.10 e
CRUMBLE 3 AGRUMES compotée de pomme, orange, mandarine et citron sous un crumble à la noix de pécan.	3.90 e
CRUMBLE MANGUE PASSION compotée de pomme, mangue et passion sous un crumble à la noix de pécan.	3.90 e

## LACTÉS

YAOURT AU LAIT DE BREBIS 	1.90 e
châtaigne ou vanille.	
FROMAGE BLANC NATURE	1.90 e
fromage blanc nature 0% mg.	
YAOURT AU LAIT ENTIER	2.30 e
citron, framboise, myrtille.	
FROMAGE BLANC FRAMBOISE	3.20 e
fromage blanc 0% mg, coulis de framboise, framboise fraîche.	
FROMAGE BLANC ÉRABLE GRANOLA	3.40 e
fromage blanc 0% mg, sirop d'érable, granola au sirop d'agave (noix, noix de cajou, noix de coco, graine de courge, canneberge).	

## SANS LACTOSE

DESSERTS AU SOJA  	1.90 e
citron ou myrtille.	
COCO IN-A-POT 	2.90 e
dessert au lait de coco : coulis de fraise ou coulis de mangue et fruit de la passion.	
BIRCHER MUESLI FIGUE	4.30 e
flocon d'avoine bio, noisette, pomme, lait de coco, sirop d'érable, compotée de figue, menthe.	
BIRCHER MUESLI CASSIS	4.30 e
flocon d'avoine bio, noisette, pomme, lait de coco, sirop d'érable, purée de cassis, myrtille, menthe.	
BIRCHER MUESLI MANGUE	4.30 e
flocon d'avoine bio, noisette, pomme, lait de coco, sirop d'érable, purée de mangue, fruit de la passion, menthe.	
PERLE DE CHIA MANGUE 	4.30 e
graine de chia bio au lait de coco bio, coulis de mangue et passion, fruit de la passion.	
PERLE DE CHIA MYRILLE 	4.30 e
graine de chia bio au lait de coco bio, coulis de myrtille, myrtille, granola au chocolat, flocon de châtaigne et noix de cajou.	
PERLE DE CHIA MATCHA 	4.30 e
graine de chia bio au lait de coco bio et matcha, grenade, granola au sirop d'agave (noix, noix de cajou, noix de coco, graine de courge, canneberge).	

# BOISSONS

## FRAÎCHES

COCA COLA 33 CL classic, light, zero.	2.20 e
EVIAN 50 CL eau minérale naturelle.	2.20 e
ARIZONA 33 CL boissons aromatisées au thé : thé vert miel, thé vert grenade, thé noir pêche, thé noir citron.	2.30 e
BADOIT 50 CL eau minérale naturelle légèrement pétillante.	2.40 e
BADOIT ROUGE 50 CL eau minérale naturelle intensément pétillante.	2.40 e
BADOIT CITRON VERT 50 CL eau minérale naturelle légèrement pétillante aux extraits naturels de citron vert.	2.40 e
VOLVIC 50 CL boissons à l'eau minérale naturelle aromatisées : aux extraits naturels de citron, au jus d'agrumes ou au jus de fruits exotiques.	2.40 e
EVIAN 75CL eau minérale naturelle.	2.60 e
HONEST TEA 37.5CL  infusions bio : citron-miel, grenade-myrrille, orange-mangue.	3.10 e
EVIAN FRUITS & PLANTES 37 CL boissons à l'eau minérale naturelle aromatisées : citron & fleur de sureau, raisin & rose, framboise & verveine.	3.20 e
ALOÉ 50 CL boissons à l'aloé vera : citron vert, litchi, original.	3.20 e
CHARITEA 33 CL  infusions bio : thé vert gingembre citron, thé noir citron, rooibos passion sureau.	3.30 e
TAO 33 CL infusions : thé vert citron vert jasmin, thé blanc grenade, rooibos prune, thé noir citron fleur d'orange.	3.30 e
UMAI CHA 50 CL infusions de thé vert non sucrées : genmai cha, houji cha, ryoku cha.	3.40 e
EAU DE COCO COJEAN 33 CL 100% eau de coco.	3.40 e
COJEAN COLD-PRESSED JUICES 25 CL jus de fruits et de légumes pressés et stabilisés par haute pression à froid.	3.40 e
NOA 31.4 CL boissons aux extraits de thé vert et mélisse : pomme-groseille, myrtille-bouleau, fleur de sureau-rhubarbe.	3.40 e
CAPTAIN KOMBUCHA 40 CL  boissons bio naturellement pétillantes : original, framboise, coco.	3.70 e
VITAMIN WELL 50 CL eaux enrichies en vitamines et minéraux : antioxidant, everyday, focus, reload.	3.70 e

## CHAUDES
















grand cru d'arabica biologique sélectionné et torréfié  
à paris pour cojean.

CAFÉ EXPRESSO	1.90 e
CAFÉ ALLONGÉ	1.90 e
CAFÉ NOISETTE	1.90 e
CAFÉ LATTE	2.90 e
CAPPUCCINO	2.90 e
FLAT WHITE	2.90 e
THÉS thé noir english breakfast, thé noir earl grey, thé vert sencha, infusion à la menthe.	2.90 e

## PETIT-DÉJEUNER ÉQUILIBRÉ

LE PETIT-DÉJEUNER FRUGAL  café et flûte aux fruits secs.	2.90 e
LE PETIT-DÉJEUNER SENTIMENTAL café bio ou thé bio, jus pressé bio ou jus de fruits mixé, bircher muesli, perle de chia ou fromage blanc au choix, flûte bio aux fruits secs.	7.90 e

## ÉPICERIE

OShibori lingette rafraîchissante parfumée au thé vert.	0.50 e
GALETTES FINES AU BLÉ NOIR  6 galettes fines au blé noir de belle-île-en-mer.	2.60 e
PETITS SABLÉS AU BEURRE FRAIS 6 petits sablés au beurre frais de belle-île-en-mer.	2.60 e
ROO'BAR    barres bio, crues, végétaliennes et sans gluten : chanvre-chia, chia-noix de coco, goji, maca-canneberge, mûre-vanille.	2.60 e
N'EAT HEALTHY   barres végétaliennes et sans gluten : abricot, banane, fruits rouges, myrtille.	2.70 e
GETRAW    barres bio, crues, végétaliennes et sans gluten : framboise, caramel-noisette, chocolat-noix, réglisse.	2.80 e
THE BEGINNINGS    biscuits bio, crus, végétaliens et sans gluten : avoine-myrtille, coco-gingembre.	2.90 e
CRACKERS    crackers bio, végétaliens et sans gluten : salés aux 4 graines ou sucrés noix de coco & chia.	3.30 e
SAC RÉUTILISABLE sac réutilisable en coton naturel pour transporter votre déjeuner.	4.80 e

