



13 Novembre 2018

**INFORMATION DES CONSOMMATEURS SUR LES ALLERGÈNES À DÉCLARATION OBLIGATOIRE
POUR LES DENRÉES ALIMENTAIRES NON-PRÉEMBALLÉES**

- | | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Gluten |  Crustacés |  Œufs |  Poissons |
|  Arachides |  Soja |  Lait |  Fruits à coques |
|  Céleri |  Moutarde |  Sésame |  Sulfites |
|  Lupin |  Mollusques | | |

Les Fruits de Mer

Les Plateaux

Assiette du banc de l'écailler

3 huîtres d'Isigny, 5 langoustines,
5 crevettes roses, 250gr de bulots



Plateau de fruits de mer

7 langoustines, 6 huîtres d'Isigny,
1/2 tourteau, 7 crevettes roses,
250gr de bulots



Les Coquillages & Crustacés

Bulots (300grs)



L'assiette de crevettes roses



Les 9 langoustines



Tourteau entier



Les Huîtres

Huitres d'Isigny n°3, les 12



Huitres d'Isigny n°3, les 6



Huitres d'Isigny n°3, les 9



Les Entrées

Entrées du soleil

Croque-Monsieur Salade et frites



La Saint-Jacques

Saint-Jacques poêlées en persillade et sa tombée de pleurotes et petits Paris aux herbes fraîches



La soupe de poissons Pillet-Saiter

Soupe de poissons Trouvillaise, accompagnée de sauce rouille, croûtons et gruyère râpé



Le crottin de Chavignol au jambon

Bruschetta de Chavignol chaud aux oignons confits et jambon cru, bouquet de mâche



Le crottin de Chavignol au saumon

Bruschetta de Chavignol chaud aux oignons confits et saumon fumé, bouquet de mâche



Le foie gras de canard

Gaufre de foie gras de canard, poire pochée au vin et aux épices, chutney de figues rôties au miel



Salade Caesar

Salade romaine, poulet cajun, croûtons, anchois, œuf poché, Parmesan, tomate, sauce Caesar



Tartare de saumon et St-Jacques Préparé par nos soins

Parfumé au gingembre, huile d'olive citronnée, bouquet de mâche



Les Plats

Les poissons

Dos de cabillaud

Fondue de poireaux aux fruits secs et sa poêlée de petits Paris, sauce safranée



La Saint-Jacques

Saint-Jacques rôties et son risotto crémeux aux pleurotes et petits pois



Le carrelet de nos côtes

Filet de carrelet cuit meunière, mousseline de panais, fenouil confit en marinade d'herbes



Le saumon

Escalope de saumon, beurre Nantais, purée de pommes de terre, mousseline de panais et de carotte au miel et romarin



Les viandes

Burger du Soleil

Bœuf haché, oignons rouges caramélisés, Cheddar, pickles, tomates, salade, sauce maison, frites



Entrecôte VBF (250 grs)

Grillée, sauce au poivre, frites et salade



Suprême de volaille

Rôti aux deux pommes, sauce Vallée d'Auge et sa tombée de petits pois



Les Pizzas

Pizza 3 fromages

Crème, mozzarella, gorgonzola, chèvre



Pizza forestière

Sauce tomate, mozzarella, champignons de Paris et pleurotes, origan



Pizza margherita

Mozzarella, sauce tomate, origan



Pizza Reine

Sauce tomate, mozzarella, champignons, jambon, origan



Pizza saumon

Saumon frais, mozzarella, crème fraîche, tomates, origan



Snacks

Snacks

Croque-Monsieur Salade



Sandwiches baguette

Jambon, beurre et emmental ou Poulet rôti ou Thon et crudités



Les Desserts

Fromage

Les fromages Normands Camembert, Pont-l'Évêque et Livarot



Les Desserts

Café ou Thé gourmand accompagné de mignardises



Crème brûlée

Aux grains de vanille de Madagascar



Riz au lait à la vanille



Salade d'ananas Gaufre tiède



Tarte Tatin

Servie tiède, crème épaisse d'Isigny



Les Coupes Glacées

Banana Split

Banane, glaces chocolat, vanille et fraise, crème vanillée, chocolat, amandes grillées



Café ou Chocolat liégeois

3 boules café ou chocolat, sauce café ou chocolat, crème vanillée, amandes grillées



Dame Blanche

Glace vanille, nappage chocolat chaud, crème vanillée, amandes grillées



Glaces & Sorbets

Glaces (3 boules)

Café, chocolat, vanille



Sorbets (3 boules)

Citron, framboise,



Formules

Apéro des Planches

Les calamars

Calamars frits

+ AOC Côtes de Provence, Maur & More, Château Saint Maur, Domaine Roger Zannier (15cl)



Les calamars (de 12h à 16h)

Calamars frits

+ AOC Côtes de Provence, Maur & More, Château Saint Maur, Domaine Roger Zannier (15cl)



Les huîtres

3 huîtres d'Isigny

+ IGP Pays d'Oc, Chardonnay Bio de la Chevalière, Domaine Laroche (15cl)



Terrine de campagne à partager

et ses condiments



Terrine de poissons

et ses condiments



Menu Enfant

Menu Bambino menu enfant servi jusqu'à 12 ans, boisson comprise

Steak haché

ou Escalope de saumon



Frites ou pommes écrasées

ou haricots verts

Cône glacé

Oasis Tropical 33cl