

Table d'hôte du midi

36

Choix d'une entrée, un plat principal et un dessert ~ café pressé inclus
Choice of a first course, a main course and a dessert ~ French pressed coffee included

Les entrées ~ First Course

À la carte

Soupe du jour <i>Soup of the day</i>	12
Entrée du jour <i>Entrée of the day</i>	13
Pieuvre grillée et asperges vertes , mozzarella Di Buffala et menthe fraîche <i>Grilled octopus and green asparagus, mozzarella Di Buffala and fresh mint</i>	19
Tartine de homard des Îles et mayo truffée , pain brioche, purée d'avocat et suprêmes d'agrumes Lobster and truffles mayo tartine , brioche bread, avocado puree and citrus fruits	22
Gaspacho de tomates du Québec , croûtons et basilic Québec tomato gazpacho , croutons and basil	13

Les plats principaux ~ Main Courses

À la carte

Truite à la plancha et céleri en rémoulade , asperges grillées et coulis de poivrons <i>Trout à la plancha and rémoulade celeriac, grilled asparagus and red peppers coulis</i>	27
Côtelettes d'agneau grillées , girolles et pomme de terre rissolées, salsa verte Roasted lamb chops , chanterelles and hash brown potatoes, salsa verde	28
Quesadillas à la ricotta de Bufflonne , chou kale, oignon rouge et champignons armillaires, ketchup de tomates maison Buffalo ricotta quesadillas , kale cabbage, red onions and armillary mushrooms, homemade tomato ketchup	24 24
Le plat canaille poisson <i>Our fish of the day, fresh from the market</i>	25
Le plat canaille viande <i>Our meat of the day, fresh from the market</i>	25

Desserts ~ Desserts

Choix parmi le plateau de pâtisseries françaises <i>Choice from our French pastry selection platter</i>	9
---	----------

À côtés ~ Sides

Cèleri en rémoulade / Rémoulade celery	8
Pomme de terre rissolées / Hash brown potatoes	8

Chef Exécutif : Olivier Perret
Chef Pâtissier MOF : Roland Del Monte
Directeur de la Restauration : Nicolas Duquairoux

Les taxes et le service ne sont pas inclus / Taxes and service charge are not included
- 2017-06-20

Délicieuse gastronomie basse calorie



Delicious low-calorie gastronomy

Succombez à la tentation d'une cuisine gastronomique sans renoncer à vos objectifs nutritionnels. Savourez des plats exquis, nutritionnellement équilibrés à base d'ingrédients frais, saisonniers et offrez-vous une expérience gustative inoubliable. De-Light a été imaginé depuis la vivifiante côte atlantique française par le Sofitel Quiberon Thalassa sea & spa, expert en matière de nutrition et de bien-être. Des techniques culinaires novatrices et un engagement incontesté en matière de goûts raffinés ont inspiré notre cuisine basse calorie qui enchantera votre palais.

Give in to the temptation of gourmet cuisine without compromising your healthy lifestyle goals. Savor exquisite, nutritionally-balanced dishes featuring fresh, seasonal ingredients and offering memorable dining experiences. De-Light was developed by Sofitel Quiberon Thalassa sea & spa, an expert in nutrition and wellness located on France's invigorating Atlantic coast. Innovative culinary techniques and an unwavering commitment to refined tastes and textures have inspired low-calorie recipes that will enchant your palate and energize your soul.

Les entrées ~ First Courses

Potage Parmentier, pommes vertes et cardamome Parmentier soup, apples & cardamom	(100 cal)	12
Melon cantaloup, Feta, basilic et magret de canard fumé Cantaloup, Feta, basil & smoked duck	(190 cal)	14

Les plats principaux ~ Main Courses

Ombre d'Islande en feuille de Blette cuite à basse température Poivrons doux, armillaires de miel marinés et yogourt 0% au raifort Iceland char & Bette leaf, sweet pepper, pickled honey fungus & horseradish 0% yogurt	(337 cal)	29
Couscous aux légumes, fruits secs, amandes, agrumes, tomates et safran Seasonal vegetables couscous, dried fruits, almonds, citrus, tomatoes & saffron	(380 cal)	24

Dessert ~ Dessert

Choix parmi les desserts De-light du jour Choice of a daily De-light dessert	(90 cal)	9
--	----------	----------

Les plats principaux à la carte ~ « À la carte » Main Courses

Tartare de saumon bio et yogourt au citron vert , salade et croûton <i>Bio salmon tartar & green lemon yogurt, salad & toast</i>	24
Salade Niçoise au thon Albacore Thon à la plancha, pommes ratte, œuf de caille, anchoïade et salade de saison Niçoise salad with Albacore tuna <i>Tuna à la plancha, ratte potatoes, quail egg, anchoïade and seasonal salad</i>	26
Salade Cobb au poulet grillé Oeuf dur, bacon et fromage bleu, iceberg, tomates et avocats Grilled Chicken Cobb salad <i>Hard-boiled Egg, bacon and blue cheese, iceberg, tomatoes and avocados</i>	25
Club sandwich au poulet de grains , bacon, tomates et laitue sur pain de campagne Grain-fed Chicken club sandwich, bacon, tomatoes and lettuce on country bread	22
Hamburger au cheddar de l'Isle-aux-Grues Oignons caramélisés, tomates, accompagné d'une salade verte et frites <i>Isle-aux-Grues cheddar hamburger</i> <i>Caramelized onions, tomatoes, served with a green salad and French fries</i>	24
L'entrecôte Angus grillée Qc, accompagnée d'une salade verte et frites Grilled Angus rib steak, served with a green salad and French fries	38

L'Express 30 minutes ~ 30-minute lunch

30

**Cette formule vous propose la soupe du jour, l'entrée du jour,
un plat Canaille viande ou poisson, un dessert Renoir et un café presse**

*This formula features the soup of the day, the daily entrée,
a choice of our daily fish or meat dish, a Renoir dessert and pressed coffee*