



**Ben  
& Florentine<sup>®</sup>**  
**Surprenez-vous!**



# Brewvages

## CAFÉS

CAPPUCCINO :	TASSE	4 <sup>45</sup>	/ BOL	5 <sup>75</sup>
ESPRESSO :	SIMPLE	3 <sup>45</sup>	/ DOUBLE	4 <sup>45</sup>
MOCACCINO :	TASSE	4 <sup>45</sup>	/ BOL	5 <sup>75</sup>
CAFÉ AU LAIT :	TASSE	4 <sup>45</sup>	/ BOL	5 <sup>75</sup>
CAFÉ GLACÉ				4 <sup>45</sup>

## BREUVAGES chauds

CHOCOLAT CHAUD DE LUXE	3 <sup>75</sup>
Servi avec crème fouettée et biscuits gaufrés	
CHOCOLAT CHAUD « S'MORES »	4 <sup>25</sup>
Servi avec guimauves, crème fouettée, chocolat aux noisettes, cannelle et biscuits gaufrés	
LATTÉ MATCHA & COCO	6 <sup>25</sup>

## JUS

ORANGE FRAÎCHEMENT PRESSÉ	7 <sup>45</sup>
MÉLANDE DE JUS À L'ORANGE	4 <sup>75</sup>
POMME, FRAMBOISE, FRAISE (HERITAGE 77)	4 <sup>75</sup>
POMME, PAMPLEMOUSSE, ANANAS OU CANNEBERGE	3 <sup>75</sup>

BOISSON GAZEUSE	2 <sup>75</sup>	LAIT	2 <sup>75</sup>
-----------------	-----------------	------	-----------------

# Smoothies

Un mélange de yogourt à la vanille et de fruits  
Remplacez votre yogourt par du lait végétal

« RUBY RED »	6 <sup>45</sup>	ALOHA	6 <sup>45</sup>
Framboises, fraises et jus de canneberge		Mangues, pêches et jus d'ananas	
VERT SANTÉ	6 <sup>45</sup>	FRAISINETTE	6 <sup>45</sup>
Épinards, pommes, mangues, graines de chia et jus d'ananas		Fraises, bananes, mangues et jus d'ananas	

Smoothie à base de fruits lyophilisés, rempli de vitamines et d'antioxydants procurant un boost d'énergie

FORCE DU DRAGON	7 <sup>25</sup>	FUTÉ PROTÉINÉ	8 <sup>95</sup>
Mélange de fruits du dragon, ananas & framboises, lait d'avoine et jus de canneberge		Mélange de bleuets, framboises, yogourt à la vanille, protéine ISO au chocolat et lait d'avoine	
BOOST AU GINGEMBRE	7 <sup>45</sup>	AÇAÏ & CIE	7 <sup>45</sup>
Mélange de pêches, carottes & gingembre, jus de pomme et lait d'avoine		Mélange d'açaï, mangues, bleuets & fruits de la passion, sucre de canne, jus de canneberge et lait d'avoine	
UBE COCO	7 <sup>45</sup>		
Mélange de ube, cannelle, vanille, lait de coco et lait d'avoine			



### LAIT VÉGÉTAL

Disponible dans les restaurants participants. Remplacez votre lait régulier par du lait d'amande ou du lait d'avoine.



### SMOOTHIE MATCHA & COCO

Matcha et lait de coco  
7<sup>25</sup>



CHOCOLAT CHAUD « S'MORES »

LATTÉ MATCHA & COCO



SMOOTHIE BOOST AU GINGEMBRE

SMOOTHIE UBE COCO

SMOOTHIE AÇAÏ & CIE

L'Ube est un légume racine pourpre au goût sucré, originaire des Philippines. Aussi gourmand que nutritif, il est riche en fibres, potassium, antioxydants et vitamine C.



COMBO ÇA CROUSTILLE



*Nouveauté*

COMBO BOUCHÉES « FAÇON CHURROS »

# Combos

Servis avec 2 œufs à votre goût, nos fameuses pommes de terre, de la compote de pommes et une rôtie. Café ou thé en feuilles inclus.

## ÉVITONS LE GASPILLAGE!

Nos combos sont servis avec une seule rôtie, car ils sont déjà bien garnis. Envie d'une deuxième? Demandez-la sans frais à votre serveur.se!

*Nouveauté*

### BOUCHÉES « FAÇON CHURROS » 19<sup>25</sup>

Saucisses et bacon servis avec un bol de mini pains dorés croustillants «façon churros», mélange de sucre et cannelle, chocolat aux noisettes

### GOURMANDISE 19<sup>45</sup>

Saucisses et bacon servis avec une demi-gaufre aux pépites de chocolat, garnie d'amandes, chocolat aux noisettes et pépites de chocolat blanc

### CRÊPE POMMES 19<sup>95</sup>

Saucisses et bacon servis avec une crêpe aux pommes caramélisées et un mélange de Monterey Jack & cheddar

### ÇA CROUSTILLE 19<sup>75</sup>

Saucisses et bacon servis avec un pain doré croustillant garni de bananes, fraises et choix de chocolat aux noisettes ou caramel

### DIX SUR DIX 19<sup>95</sup>

Bacon, jambon, saucisse, cretons et fèves au four avec un choix de demi-gaufre, pain doré, pancake ou crêpe

### DEUX ŒUFS ETC. 17<sup>45</sup>

Choix de gaufre, pain doré, pancake ou crêpe



#### CHOIX VÉGÉ

Remplacez votre viande par de l'Impossible Meat<sup>MC</sup> : 3<sup>45</sup>



# Œufs bénédictine

Servis avec muffin anglais et 2 œufs pochés, nos fameuses pommes de terre et des fruits frais. Café ou thé en feuilles inclus.

*Nouveauté*

## SAUCISSE BACON & CHEDDAR

20<sup>25</sup>

Saucisse bacon & cheddar exclusive B&F, tomates, oignons rouges et fromage Monterey Jack. Servis avec une sauce hollandaise

## BACON & POMMES CARAMÉLISÉES

19<sup>95</sup>

Bacon, pommes caramélisées et mélange de Monterey Jack & cheddar. Servis avec une sauce hollandaise

## « LOX »

21<sup>25</sup>

Saumon fumé, oignons caramélisés, ciboulette et fromage à la crème. Servis avec une sauce hollandaise

## « L'AVOCADO »

19<sup>45</sup>

Bacon et avocat. Servis avec une sauce hollandaise

## TRADITIONNEL

18<sup>75</sup>

Choix de bacon ou jambon. Servi avec une sauce hollandaise

+ Ajoutez du fromage suisse : 2<sup>75</sup>

## JAMBON EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE

20<sup>45</sup>

Jambon effiloché à l'ancienne, poivrons et fromage suisse. Servis avec une sauce hollandaise



### BAGEL

Remplacez votre muffin anglais par un bagel : 0<sup>60</sup>



### CROISSANT

Remplacez votre muffin anglais par un croissant gaufre : 1<sup>45</sup>



### CHOIX VÉGÉ

Remplacez votre viande par de l'Impossible Meat<sup>MC</sup> : 3<sup>45</sup>



*Nouveauté*

BÉNÉDICTINE SAUCISSE BACON & CHEDDAR

BÉNÉDICTINE JAMBON EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE





BÉNÉ « L'AVOCADO » ET CRÊPE BANANES & CHOCO

**Le meilleur des 2 mondes!**

# Bénés & sucrés

Servis avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais. Café ou thé en feuilles inclus.

*Nouveauté*

**SAUCISSE BACON & CHEDDAR ET BOUCHÉES « FAÇON CHURROS »** 19<sup>75</sup>

Œuf poché, muffin anglais, saucisse bacon & cheddar exclusive B&F, tomates, oignons rouges, fromage Monterey Jack et sauce hollandaise. Servis avec un bol de mini pains dorés croustillants « façon churros », mélange de sucre et cannelle, chocolat aux noisettes

**BACON & GOURMANDISE** 19<sup>45</sup>

Œuf poché, muffin anglais, bacon et sauce hollandaise, accompagné d'une demi-gaufre aux pépites de chocolat, garnie d'amandes, chocolat aux noisettes et pépites de chocolat blanc

**« L'AVOCADO » ET CRÊPE BANANES & CHOCO** 19<sup>45</sup>

Œuf poché, muffin anglais, bacon, avocat et sauce hollandaise, accompagné d'une crêpe aux bananes et chocolat aux noisettes

POËLÉE SAUCISSE DE  
POULET ET PARMESAN B&F

# Poêlées

## « à l'ancienne »

Servies avec un œuf à votre goût, nos fameuses pommes de terre et une rôtie. Café ou thé en feuilles inclus.

### ÉVITONS DE GASPILLER!

Nos poêlées sont servies avec une seule rôtie, car elles sont déjà bien garnies. Envie d'une deuxième? Demandez-la sans frais à votre serveur.se!

#### À L'ÉRABLE 20<sup>25</sup>

Bacon, poivrons, oignons rouges, mélange de Monterey Jack & cheddar et sauce hollandaise au sirop d'érable pur

#### BACON & AVOCAT 19<sup>45</sup>

Bacon, avocat, tomates, poivrons, oignons rouges et mélange de Monterey Jack & cheddar

+ Ajoutez de la sauce hollandaise : 1<sup>75</sup>

#### JAMBON EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE & FROMAGE EN GRAINS 20<sup>75</sup>

Jambon effiloché à l'ancienne, poivrons, oignons rouges, fromage en grains et sauce hollandaise au sirop d'érable pur

#### SAUCISSE DE POULET & PARMESAN B&F 20<sup>95</sup>

Saucisses de poulet & parmesan exclusive B&F, épinards, champignons portobellos, fromage suisse et sauce hollandaise au pesto sans noix

#### LÉGUMES 18<sup>25</sup>

Poivrons, tomates, oignons rouges, champignons portobellos, olives Kalamata et mélange de Monterey Jack & cheddar

+ Ajoutez de l'Impossible Meat<sup>MC</sup> : 5<sup>95</sup>

#### TROIS VIANDES 19<sup>25</sup>

Bacon, jambon, saucisses, oignons rouges et mélange de Monterey Jack & cheddar

+ Ajoutez de la sauce hollandaise : 1<sup>75</sup>

### PERSONNALISEZ VOTRE PLAT



#### SAUCE

Ajoutez de la sauce :

- hollandaise : 1<sup>75</sup>
- hollandaise au sirop d'érable pur : 3<sup>25</sup>
- hollandaise au pesto sans noix : 1<sup>95</sup>



#### ŒUF

Ajoutez un deuxième œuf à votre poêlée : 1<sup>45</sup>



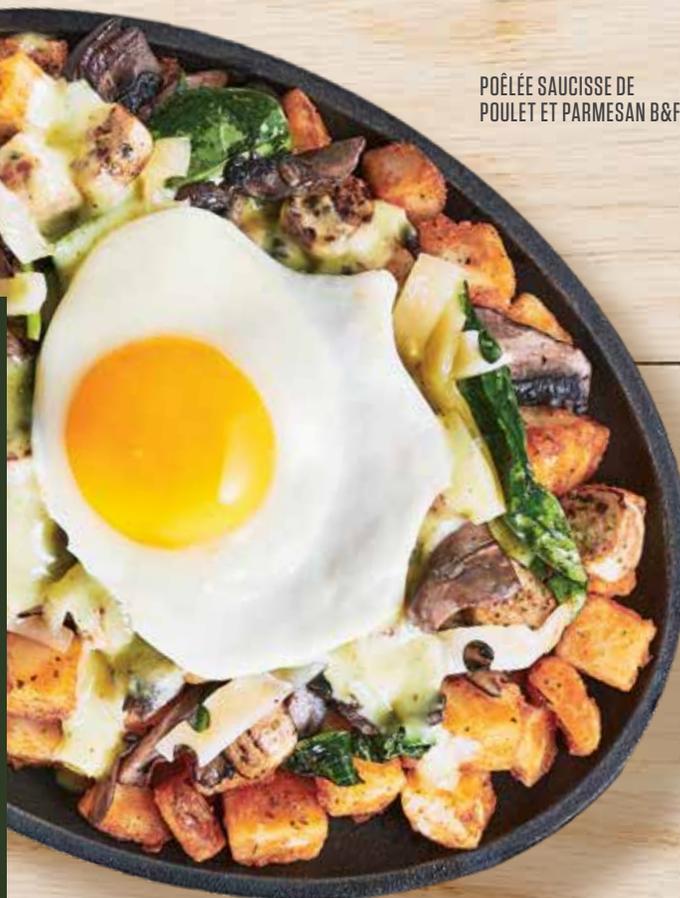
#### SAUCISSE

Ajouter de la saucisse de poulet & parmesan exclusive B&F : 5<sup>95</sup>



#### OPTION VÉGÉ

Remplacez votre viande par de l'Impossible Meat<sup>MC</sup> : 3<sup>45</sup>



POËLÉE TROIS VIANDES



# GRÊPES, PANCAKES & gaufres pains dorés

Café ou thé en feuilles inclus.



PAIN DORÉ CROUSTILLANT  
MASCARPONE & COMPOTE MAISON



CRÊPE POMMES  
& CHEDDAR



## PAIN DORÉ CROUSTILLANT & POMMES CARAMEL 17<sup>95</sup>

Pains dorés croustillants (2), pommes caramélisées, amandes, caramel et yogourt à la vanille

+ Ajoutez un mélange de fromage Monterey Jack & cheddar : 3<sup>75</sup>

## PAIN DORÉ CROUSTILLANT MASCARPONE & COMPOTE MAISON 19<sup>75</sup>

Pains dorés croustillants (2) mascarpone, granola, et compote de petits fruits maison

## CRÊPE JAMBON EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE & CHEDDAR 19<sup>25</sup>

Crêpe garnie de jambon effiloché à l'ancienne, épinards, mélange de Monterey Jack & cheddar. Servie avec de la sauce hollandaise, nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

## CRÊPE POMMES & CHEDDAR 18<sup>45</sup>

Crêpe garnie de pommes caramélisées, mélange de Monterey Jack & cheddar, amandes, caramel et yogourt à la vanille

## GAUFRE FRUITS FRAIS & CRÈME ANGLAISE 17<sup>95</sup>

Gaufre garnie de fruits frais avec crème anglaise. Remplacez votre gaufre par des crêpes (3), pancakes (3) ou pains dorés (2)

## PANCAKE BANANES, FRAISES, CHOCO & CRÈME ANGLAISE 17<sup>95</sup>

Pancakes (3) garnis de bananes et fraises avec crème anglaise et chocolat aux noisettes. Remplacez votre pancake par une gaufre, une crêpe ou des pains dorés (2)



### FARINE DE SARRASIN

Toutes nos crêpes peuvent être préparées avec de la farine de sarrasin



### PAIN DORÉ CROUSTILLANT

Obtenez une version croustillante de votre pain doré : 1<sup>50</sup>



### PAIN SANS GLUTEN

Remplacez votre pain doré par du pain sans gluten (2) : 2<sup>00</sup>



### SIROP D'ÉRABLE PUR

Ajoutez du sirop d'érable pur à vos plats : 2<sup>45</sup>



# Les choix *de* Florentine

Café ou thé en feuilles inclus.

## GRUAU À L'ANCIENNE

11<sup>25</sup>

Choix de fraises et bananes ou pommes caramélisées et amandes. Servi avec cassonade, crème et rôties

### GRUAU PROTÉINÉ!

+ Ajoutez un extra protéine ISO : 2<sup>75</sup>

## DÉLICE SANTÉ

17<sup>75</sup>

2 œufs pochés, fruits frais, pain 12 grains et choix de yogourt à la vanille ou de fromage cottage, mascarpone, suisse ou cheddar

## DUO SUPERALIMENTS

19<sup>25</sup>

Bol de smoothie avec protéine ISO et bananes : choix entre le smoothie matcha & coco ou le smoothie ube coco, garni de bleuets, graines de chia, graines de citrouille et granola. Servi avec 2 œufs pochés, épinards et guacamole sur pain 12 grains

## DUO FLO & AMANDINE

18<sup>95</sup>

Bol de yogourt à la vanille, compote de petits fruits maison et granola. Servi avec tartine au beurre d'amande, bananes, granola, miel et graines de chia sur pain 12 grains

## BAGEL SAUMON FUMÉ

21<sup>25</sup>

Saumon fumé, oignons rouges, câpres, tomates et fromage à la crème. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

## WRAP SANTÉ

18<sup>25</sup>

Œufs brouillés, avocat, oignons rouges, laitue, tomates et mélange de Monterey Jack & cheddar sur tortilla de blé entier. Servi avec des fruits frais et du yogourt à la vanille



TARTINE MASCARPONE & FRAISES



BAGEL SAUMON FUMÉ

SMOOTHIE FORCE DU DRAGON





DUO FLO & AMANDINE

# TARTINES

Café ou thé en feuilles inclus.

## MASCARPONE & COMPOTE MAISON 19<sup>75</sup>

Mascarpone, compote de petits fruits maison, granola, miel et menthe sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût et des fruits frais

## MASCARPONE & FRAISES 19<sup>75</sup>

Mascarpone, fraises, granola, miel et menthe sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût et des fruits frais

## BEURRE D'AMANDE & BANANES 19<sup>45</sup>

Beurre d'amande, bananes, granola, miel et graines de chia sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût et des fruits frais

## « AVOCADO LOX » 21<sup>25</sup>

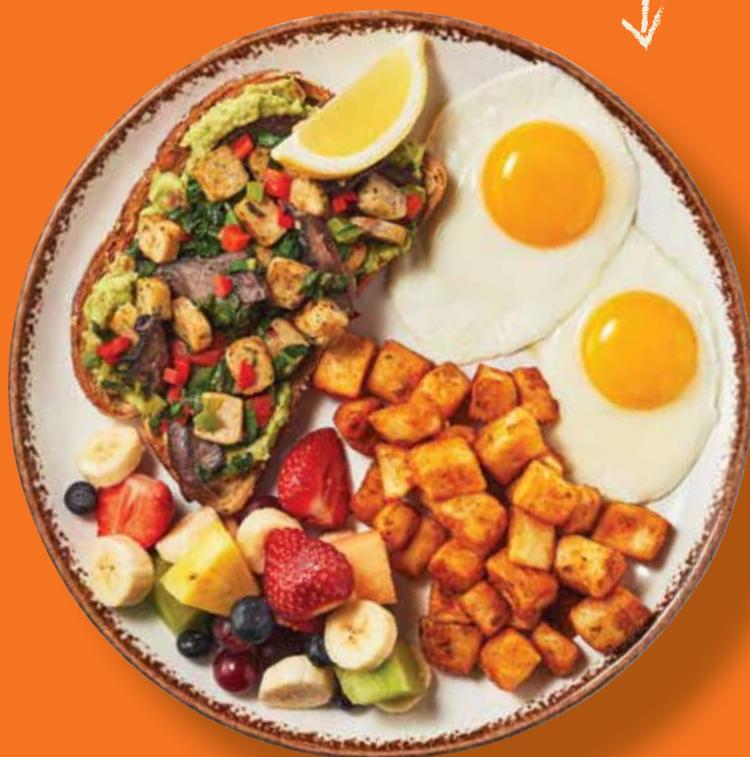
Guacamole, saumon fumé, câpres et oignons rouges sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût, nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

## AVOCAT, BACON & CHÈVRE 19<sup>25</sup>

Guacamole, bacon et fromage de chèvre sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût, nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

## AVOCAT & SAUCISSE DE POULET ET PARMESAN B&F 20<sup>75</sup>

Guacamole, saucisses de poulet & parmesan exclusive B&F, poivrons, champignons portobellos, oignons rouges et épinards sur pain 12 grains. Servie avec 2 œufs à votre goût, nos fameuses pommes de terre et des fruits frais





OMELETTE JAMBON  
EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE  
& FROMAGE EN GRAINS



WRAP SAUCISSE DE POULET  
ET PARMESAN B&F

OPTION  
MIDI

Dès 11 h, remplacez vos pommes de terres par des frites assaisonnées & sauce chipotle et votre café par une boisson gazeuse

# SANDWICHES ET POUTINES

Café ou thé en feuilles inclus.

## CROISSANTWICH JAMBON EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE 19<sup>75</sup>

Croissant gauféré, jambon effiloché à l'ancienne et sauce hollandaise à l'érable garni d'un œuf à votre goût. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

+ Ajoutez du fromage suisse : 3<sup>75</sup>

## CLUB SANDWICH AU POULET 19<sup>75</sup>

Poulet grillé, bacon, avocat, laitue et tomates. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

## « CHEESEBURGER » DE LUXE 19<sup>75</sup>

Bœuf, bacon, laitue, tomates, oignons rouges, cornichons et fromage ruban jaune garni d'un œuf à votre goût. Servi avec salade maison ou frites assaisonnées & sauce chipotle

## CLUB DÉJEUNER 18<sup>25</sup>

Œufs crevés, bacon, fromage ruban jaune, laitue et tomates. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

## WRAP POULET & AVOCAT 18<sup>45</sup>

Poulet grillé, avocat, poivrons, oignons caramélisés, laitue et mélange de Monterey Jack & cheddar sur tortilla de blé entier. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

## WRAP SAUCISSE DE POULET ET PARMESAN B&F 19<sup>95</sup>

Saucisses de poulet & parmesan exclusive B&F, épinards, poivrons, oignons rouges, champignons portobellos, mayo au pesto sans noix et mélange de Monterey Jack & cheddar sur tortilla de blé entier. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

## POUTINE BEN & FLORENTINE 17<sup>75</sup>

Choix de frites ou nos fameuses pommes de terre. Œuf à votre goût, bacon, jambon, saucisses, fromage en grains et sauce hollandaise

## *Nouveauté* POUTINE SAUCISSE BACON & CHEDDAR 19<sup>95</sup>

Choix de frites ou nos fameuses pommes de terre. Œuf à votre goût, saucisse bacon & cheddar exclusive B&F, tomates, oignons rouges, fromage en grains et sauce hollandaise

# EXTRA...

### VIANDES ET SUBSTITUT :

- Bacon, Saucisses ou Jambon 3<sup>95</sup>
- Saucisses B&F : Poulet & parmesan ou Bacon & cheddar 5<sup>95</sup>
- Impossible Meat™ 5<sup>95</sup>

### BOUCHÉES « FAÇON CHURROS » 3<sup>75</sup>

BOL DE FRUITS FRAIS 5<sup>95</sup>

FAMEUSES POMMES DE TERRE 3<sup>95</sup>

FÈVES AU FOUR 2<sup>95</sup>

CROISSANDWICH JAMBON  
EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE



*Nouveauté*  
BOUCHÉES « FAÇON CHURROS »



# OMELETTES à 3 œufs

Servies avec nos fameuses  
pommes de terre, de la  
compote de pommes et  
des rôties. Café ou thé en  
feuilles inclus.

## CHOIX DU BOUCHER

19<sup>95</sup>

Bacon, jambon, saucisses et  
mélange de Monterey Jack  
& cheddar

## VÉGÉTARIENNE

17<sup>45</sup>

Champignons portobellos, oignons  
rouges, tomates, olives Kalamata,  
poivrons et mélange de Monterey  
Jack & cheddar

+ Ajoutez de l'Impossible Meat<sup>MC</sup> : 5<sup>95</sup>

## « WESTERN »

17<sup>45</sup>

Jambon, poivrons et oignons  
caramélisés

+ Ajoutez du fromage suisse : 3<sup>75</sup>

## JAMBON EFFILOCHÉ À L'ANCIENNE & FROMAGE EN GRAINS

19<sup>95</sup>

Jambon effiloché à l'ancienne,  
mélange de poivrons, épinards  
et fromage en grains

# LES œufs classiques

Tous nos classiques sont servis  
avec nos fameuses pommes de  
terre, de la compote de pommes  
et des rôties. Café ou thé en  
feuilles inclus.



## CLASSIQUES

— 2 œufs et un choix parmi :  
bacon, jambon, saucisses,  
cretons ou fèves au four 13<sup>45</sup>

— 2 œufs, fruits frais et choix  
de pommes de terre ou tomates 16<sup>75</sup>

— 2 œufs et jambon effiloché  
à l'ancienne 16<sup>25</sup>

## L'AUTHENTIQUE

17<sup>75</sup>

2 œufs, bacon, cretons,  
fèves au four, tomates  
et cheddar

## BIG BEN

18<sup>25</sup>

2 œufs, bacon, jambon  
et saucisses



### PAIN DE MÉNAGE

Remplacez vos rôties par  
du pain de ménage : 0<sup>60</sup>



### PATATES À LA FLORENTINE

Remplacez vos pommes de  
terre par des patates à la  
florentine : 2<sup>95</sup>



### TARTINE

Ajoutez une tartine beurre  
d'amande & bananes : 6<sup>25</sup>

## PATATES À LA FLORENTINE

5<sup>95</sup>

Sauce hollandaise, bacon et fromage

## CRETONS

2<sup>25</sup>

## SIROP D'ÉRABLE PUR

2<sup>45</sup>

## FROMAGES :

- Chèvre ou Monterey Jack

3<sup>75</sup>

- Cheddar ou suisse (3 tranches)

3<sup>75</sup>

- Mascarpone ou cottage

4<sup>25</sup>

- À la crème

3<sup>95</sup>

# Le coin des **petits**

Remplacez  
vos fruits  
par nos  
fameuses  
pommes de  
terre

Pour enfant de 10 ans et moins. La majorité de nos déjeuners pour enfants sont servis avec des fruits ainsi qu'un verre de lait afin de se rapprocher des recommandations du guide alimentaire canadien.

## 😊 Menu sensé!

### CRÊPE « S'MORES » 😊 8<sup>25</sup>

Crêpe, guimauves, chocolat aux noisettes et biscuits gaufrés. Servie avec des fruits frais et du yogourt à la vanille

### P'TIT DÉLICE 😊 8<sup>75</sup>

Œuf et cheddar. Servi avec des fruits frais, compote de pommes et une rôti

### 1-2-3 😊 8<sup>95</sup>

Œuf avec choix de bacon, jambon, saucisses, cretons ou fèves au four. Servi avec des fruits frais, compote de pommes et une rôti

### BÉNÉDICTIN 😊 8<sup>25</sup>

Œuf poché, muffin anglais, jambon et sauce hollandaise. Servi avec des fruits frais

### YOGOURT FRAISINETTE 😊 8<sup>45</sup>

Yogourt à la vanille, fraises et granola

### KOKO LOKO 8<sup>25</sup>

Pancake aux brisures de chocolat et bananes. Servi avec crème fouettée

*Nouveauté*

### COMBO COCO & BOUCHÉES 8<sup>95</sup>

« FAÇON CHURROS » 😊  
Œuf avec saucisse servi avec un bol de mini pains dorés croustillants « façon churros », mélange de sucre et cannelle, chocolat aux noisettes. Servi avec des fruits frais et une rôti

### DO-RÉ-MI 8<sup>45</sup>

Pain doré, jambon effiloché à l'ancienne et fromage suisse

### LA PETITE VÉGÉ 😊 8<sup>75</sup>

Omelette avec oignons rouges, mélange de poivrons et tomates. Servie avec des fruits frais et une rôti

POUR CHAQUE  
repas  
enfant,

0,50 \$ OU L'ÉQUIVALENT  
D'UN VERRE DE LAIT

SERA REMIS À LA  
FONDATION OLO

Fondation  
**Olo** ☀️

La mission de la Fondation Olo est de donner une chance égale aux familles de mettre au monde des bébés en santé et d'acquiescer de saines habitudes alimentaires tôt dans la vie.

### LE « BANANALICIOUS » D'ÉLIE 8<sup>25</sup>

Choix de pancake, crêpe, pain doré ou gaufre servi avec bananes, chocolat aux noisettes et yogourt à la vanille

Tel que préparé par Elie dans la Brigade des p'tits dejs, une compétition culinaire amicale qui a eu lieu chez Ben & Flo au profit de la Fondation Olo



# Bon **matin**

DU LUNDI AU VENDREDI JUSQU'À 8 H 30 (sauf jours fériés)  
Café ou thé en feuilles inclus.

### BAGEL BLT ETC. 13<sup>25</sup>

Œuf crevé, bacon, laitue et tomates. Servi avec nos fameuses pommes de terre

### BÉNÉDICTINE BACON 13<sup>95</sup>

Œuf poché (1), muffin anglais, bacon et sauce hollandaise. Servi avec nos fameuses pommes de terre et des fruits frais

### DEUX ŒUFS +

Servi avec nos fameuses pommes de terre, de la compote de pommes et des rôties

— 2 œufs et un choix 11<sup>25</sup>

de bacon, jambon ou saucisses

— 2 œufs et deux choix 14<sup>25</sup>

de bacon, jambon ou saucisses

### OMELETTE « WESTERN » 11<sup>95</sup>

Jambon, poivrons et oignons caramélisés. Servie avec nos fameuses pommes de terre, de la compote de pommes et des rôties

### « GRILLED CHEESE » 9<sup>95</sup>

#### AU JAMBON

Pain 12 grains, jambon et fromage ruban jaune. Servi avec nos fameuses pommes de terre

### DUO SMOOTHIE DRAGON 13<sup>75</sup> & AMANDINE

Smoothie à base de fruits lyophilisés avec fruit du dragon, ananas & framboises, lait d'avoine et jus de canneberge. Servi avec tartine au beurre d'amande & bananes sur pain 12 grains

### GRUAU MATINAL 8<sup>75</sup>

Bananes, fraises, crème et cassonade. Servi avec des rôties

#### PROTÉINE!

Ajoutez un extra protéine ISO : 2<sup>75</sup>



#### TARTINE

Ajoutez une tartine beurre d'amande & bananes : 6<sup>25</sup>

BÉNÉDICTINE  
BACON



Présentations suggérées. Taxes en sus. Le café ou le thé en feuilles sont offerts à l'achat d'un repas principal en salle à manger seulement. Ben & Florentine et le logo Ben & Florentine sont des marques de commerce de Franchise MTY Inc., 2025. Tous droits réservés.

POUR CONSULTER LES ALLERGÈNES DE NOTRE MENU, scannez le code QR ou rendez-vous sur notre site [benetflorentine.com](http://benetflorentine.com)

Ben & Florentine offre des produits contenant du poisson, sésame, soya, lait, œuf, blé, sulfite et autres allergènes. Bien que de nombreuses mesures préventives soient prises afin de minimiser les risques de contamination croisée, il est impossible de garantir l'absence totale de ces allergènes ou que nos produits soient sans risque pour les personnes allergiques à ces allergènes. Si vous croyez être allergique à un ingrédient contenu dans nos produits, veuillez consulter votre médecin avant de consommer.

