

# LA PÉROUSE

— hôtel —

\*\*\*

« Tout bonheur commence par un petit déjeuner tranquille »

William Somerset Maugham

## Boissons Chaudes

☐ Café Pérou Bio Cusco (cafetière à piston)

torréfactrice locale, producteur sans intermédiaire « *Un Grain, Une Feuille* »

☐ Nespresso

☐ Original Yorkshire Tea *Taylor's of Harrogate*

☐ Thé Noir Breakfast

☐ Thé Vert Sencha Bio

☐ Thé Earl Grey Pointes blanches

☐ Palet de Chocolat et Lait Chaud « *Choc'Hola* »

sans additif ni graisse, 50% de pur cacao pur, sucre non raffiné, torréfié localement

## Fruits & jus de Fruits

☐ Orange et/ou pamplemousse pressés

☐ Jus de fruits « *Les Coteaux Nantais* »

Pionniers de l'arboriculture biologique et bio dynamique locale

☐ Fruits en vrac issus de l'agriculture biologique, de saison « *Kerbio* »

☐ Salade de fruits de saison

## Pains, Viennoiseries et Gâteaux

livrés chaque jour par notre boulanger « *La Boulangerie* »

☐ Pain baguette

☐ Pain aux céréales

☐ Pain d'épices artisanal

☐ Mini viennoiseries (pain chocolat, croissant, pain aux raisins)

☐ le Dimanche - Les gâteaux

## Céréales

☐ Granolas de saison « *Food Cru* » Céréales, fruits et fleurs déshydratés

Sans huile, sans cuisson et aux sucralose naturels

☐ Muesli bio « *Kerbio* »

# LA PÉROUSE

— hôtel —

\*\*\*

## **Fromages « Beillevaire »**

producteur local depuis 30 ans

- ⊞ Secret du Couvent – *pâte molle à croûte lavée (lait cru de vache)*
- ⊞ Couronne Lochoise – *fromage de chèvre recouvert de cendres végétales au lait cru*
- ⊞ Long blanc – *fromage de chèvre (lait cru)*
- ⊞ Emmental – *pâte pressée, cuite (lait de vache)*
- ⊞ Curé Nantais – *pâte molle à croûte lavée (lait cru de vache)*

## **Yaourts « Beillevaire »**

- ⊞ Nature sans sucre
- ⊞ Aux fruits

## **Charcuteries**

- ⊞ Jambon cru de Serrano
- ⊞ Jambon blanc

## **Compotes & confitures « Les Cueillettes d'Annette »**

transformatrice de fruits et plantes locales, label Nature et Progrès

- ⊞ Confitures de saison
- ⊞ Compote de pomme et/ou poire

## **Produits sans gluten et/ou sans lactose**

- ⊞ Pain
- ⊞ Biscuits sablés
- ⊞ Pudding de chia
- ⊞ Méli Goji et divers fruits secs
- ⊞ Lait de riz et/ou d'amandes et/ou de soja

## **Autres Suggestions**

- ⊞ Omelette nature, au fromage, œufs brouillés, œuf au plat...
- ⊞ Bacon frit