

## les menus

### Menu Bio Equilibre, 43 €

#### Entrées au choix

- Salade de fenouils et courgettes croquantes à la coriandre
- Velouté de carottes au curry doux
- Salade de concombres et poireaux à la menthe
- Entrée de saison

#### Plats au choix

- Lasagnes de légumes au coulis de poivrons rouges, mesclun de salades
- Rizotto de Sarazin, légumes au pesto
- Cabillaud en cuisson douce, émulsion de vanille des îles
- Plat de saison

#### Desserts au choix

- Petit pot de crème chocolat & noisettes
- Mousse légère de dattes et de pommes
- Chaud froid d'ananas aux épices
- Dessert de saison

### Menu Ayurvédique, 43 €

#### Entrées au choix

- Soupe de courgettes au curcuma
- Shak de poireaux
- Salade de chou blanc et carottes à l'orange
- Velouté de pois cassés épicé
- Entrée de saison

#### Plats au choix

- Dhal de lentilles corail aux endives
- Soja vert ayurvédique
- Riz aux légumineuses et pommes de terre
- Plat de saison

#### Desserts au choix

- Nage d'agrumes au basilic
- Riz au lait, sirop de roses
- Fromage blanc au safran / pistache et son gâteau
- Dessert de saison

#### Forfait boisson, inclus dans la Journée Bio

- Eaux minérales plates et gazeuses
- 1 Café

Prix nets TTC en euros, par personne.

Nos menus sont susceptibles de modifications en fonction du marché.

## les buffets

à partir de 25 personnes

### Buffet de Jade 29 €

Assortiment de 5 salades composées maison  
Saumon fumé par nos soins  
Rôti de bœuf froid  
Volaille froide du moment  
Planche de charcuterie  
(Chorizo, jambon de Vendée, saucisson)  
Terrine de campagne maison  
Terrine de poissons frais  
Plat chaud du moment (poisson ou viande)  
Plateau de fromages, mesclun de salades  
Choix de pâtisseries maison  
Salade de fruits  
Faisselle et fromage blanc  
Corbeille de fruits frais

### Buffet du Littoral 43 €

En complément du buffet de Jade :  
Saumon mariné façon Gravlax  
Crevettes roses  
Salade océane  
Huîtres de la baie de Bourgneuf n°3



alliance pornic  
RESORT HOTEL · THALASSO & SPA