



Les Cascades - 12h00-15h30

SALADES / SALADS

LA CESAR - 22€

Salade romaine, tomate fraîche, oignon rouge, oeuf dur, croûton, anchois marinés, poulet croustillant, oignon frit, sauce César

Roman salad, fresh tomato, red onion, boiled egg, croutons, marinated anchovies, crispy chicken, fried onion, caesar sauce

LA FREGATE - 24€

Salade, tomate fraîche, melon, tomate, jambon cru, tomate séchée, copeaux de parmesan, pesto

Salad, fresh tomato, melon, tomato, raw ham, dried tomato, parmesan chips, pesto

LES CASCADES - 26€

Salade, tomate fraîche, oignon rouge, oeuf dur, fruits de mer, avocat, sauce cocktail, gambas grillées

Salad, fresh tomato, red onion, boiled egg, seafood, avocado, cocktail sauce, grilled prawns

PIZZAS

MARGARITA - 15€

Sauce tomate au basilic, tomates, jambon blanc, fromage

Tomato and basil sauce, tomatoes, ham, prosciutto

REINE - 17€

Sauce tomate aux basilic, tomates, jambon blanc, fromage, olives noires, champignons

Tomato and basil sauce, tomatoes, ham, cheese, black olives, mushrooms

CABRI - 18€

Crème fraîche, tomates, fromage de chèvre, oignon rouge, olives noires, miel

Fresh cream, tomatoes, goat cheese, red onion, black olives, honey

PARMA - 19€

Sauce tomate au basilic, tomates, jambon cru, parmesan, mozzarella, olives noires

Tomato sauce with basil, tomatoes, raw ham, parmesan, mozzarella, black olives

CASCADE - 21€

Sauce tomates au basilic, tomates, poulet croustillant, champignons, fromage, oignon, mozzarella

Tomato sauce with basil, tomatoes, crispy chicken, mushrooms, cheese, onion, mozzarella

DEL MAR - 23€

Sauce tomate au basilic, fromage, mozzarella, fruits de mer, persillade

Tomato sauce with basil, cheese, mozzarella, seafood, parsley

TARTUFFE - 28€

Crème de burrata truffée, jambon blanc truffé, truffe d'été, roquette

Truffled burrata cream, truffled white ham, summer truffle, arugula

GRILLADES DU JOUR A L'ARDOISE

POISSON ENTIER

CRUSTACE

PIECE DU BOUCHER

*Au cours
du jour*

GARNITURE AU CHOIX

Frites, salade verte, légumes grillés, riz safrané
French fries, green salad, grilled vegetables, saffron rice



Les Cascades - 12h00-15h30

TARTARES & CARPACCIOS

LA TOMATE - 21€

Rosace de tomates, oignon rouge, basilic frais, pignons de pins, burrata, pesto

Tomatoes, red onion, basil, fresh pine nuts, burrata, pesto

LE BOEUF - 22€

Boeuf finement tranché, câprons, copeaux de parmesan, tomates séchées, olives noires, huile d'olive vierge extra

Finely sliced beef, capers, Parmesan chips, sun dried tomatoes, black olives, extra virgin olive oil

LE SAUMON - 23€

Saumon taillé en brunoise, échalote, aneth, ciboulette, sésame grillé, pousses de soja, huile d'olive vierge extra, sauce huître & soja

Salmon cut into brunoise, shallot, dill, chives, grilled sesame, soy sprouts, extra virgin olive oil, oyster & soy sauce

LES PATISSERIES MAISON / HOME MADE CAKES

LE CHOCOLAT - 10€

Mousse au chocolat 70% grand cru

70% Grand Cru chocolate mousse

L'EXOTIQUE - 10€

Eclair croustillant, crémeux mangue - passion

Crunchy éclair with mango-passion cream

LA FRAISE - 10€

Gariguettes dans un jus mentholé, vanille bourbon

Gariguettes in a minty, vanilla bourbon juice

RAFRAICHISSEMENTS

Eau plate ou pétillante Benedetto (75cl)	6€
Classique Zéro, Cherry (50cl), Ice tea (50cl)	4€
Perrier (50cl), Fuzetea (50cl)	6€
Orangina (50cl), Oasis tropical (50cl)	5€
Smoothie Fraise-Banane, Ananas-Coco, Chocolat frappé	5€
Bière Pression Affligem (25cl)	5€

CHAMPAGNE

	75cl	Coupe
Champagne Duval Brut	110€	16€
Champagne Duval Leroy Rosé	150€	20€
Coupe de Prosecco		12€

VINS

Domaine de Frégate (rosé, blanc, rouge)	
Château Virant (rosé, blanc, rouge)	
Château Minuty Prestige (rosé, blanc, rouge)	
Château Minuty Prestige AOC Côte de Provence Rosé	

COCKTAILS

Apérol, Saint Germain, Spritz, Mojito	
Bellini, Rossini	16€
SANS ALCOOL	18€

150 cl	75 cl	50cl	Verre (12 cl)
	40€	30€	7€
	32€	25€	
	48€		
85€			

Tarifs nets TTC, service compris. L'abs d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération. Provenance des viandes et liste des allergènes disponible sur demande.