

A table!

SUR PLACE OU À EMPORTER

FRAIS & LÉGER

La p'tite faim

✓ GASPACHO12.00

Tomates, concombre, poivron rouge, oignon jaune, ail et huile d'olive et focaccia

Suppléments :

- + Mozzarella di bufala (50g) 5€
- + Jambon de Parme 5€

Nos Bagels à dévaler !

✓ LE Végé DU COL10.00

Pain bagel au sésame, houmous de betterave, fromage de chèvre frais, avocat, pickles oignons rouge et roquette

LE Sportif10.00

Pain bagel au sésame, filet de poulet grillé, houmous, pickles oignons rouges, citron confit, basilic frais, grains de lin et roquette

LE Nordique10.00

Pain bagel au sésame, saumon fumé, tzatziki, avocat, oignons rouges et mesclun

Suppléments : + Oeuf dur 2€ + Petite verte 5€ (salade verte, tomates cerises, copeaux de parmesan, graines de tournesol)

Les Bowls vitaminés

✓ BOWL Énergie14.00

Trio de quinoa, patate douce rôtie, fèves edamames, pois chiches grillés, betterave cuite, grenade

BOWL Gourmand15.00

Riz vinaigré, saumon fumé, concombre, tomates cerises, légumes grillés

Vinaigrette au choix :

- 1/ La classique : huile d'olive, vinaigre de cidre et balsamique
- 2/ La tropicale : coco curry
- 3/ La locale : balsamique myrtille

Suppléments :

- + Mozzarella di bufala (50g) 5€
- + Focaccia 3€
- + Jambon de Parme 5€

MEGA Wraps pour rider

✓ LE COL Végétal10.00

Légumes grillés, tomates confites, houmous de betterave, fromage de chèvre frais, roquette

LE SPRINT Poulet10.00

Poulet grillé, yaourt grec, concombre, ail, menthe fraîche, citron

Suppléments :

- + Oeuf dur 2€
- + Jambon de Parme 5€
- + Petite verte 5€ (salade verte, tomates cerises, copeaux de parmesan, graines de tournesol)

La Fraich' attitude

✓ SALADE Pasta'Ride14.00

Pâtes au pesto à la Genovese, poivrons grillés, aubergines grillées, ail rôti, tomates cerises, fêta, graines de courge, basilic frais, oignons rouges grillés

✓ SALADE Fraîch' DES ALPAGES15.00

Mélange de salades, tomme de Savoie, noix, croûtons, jambon cru (oeuf dur pour une version végété)

Suppléments :

- + Oeuf dur 2€
- + Mozzarella di bufala (50g) 5€
- + Focaccia 3€
- + Jambon de Parme 5€

CHAUD & RECONFORTANT

P'tit local

Croque raclette D'APRÈS-COURSE10.50

Pain de campagne, fromage à raclette, jambon cru, confit d'oignons

Suppléments :

- + La verte 5€ (salade verte, tomates cerises, copeaux de parmesan, graines de tournesol)
- + Mozzarella di bufala (50g) 5€
- + Jambon de Parme 5€

Nos Pinsas* d'altitude

ENTIÈRE OU ½ PINSAS ET SALADE VERTE

La pinsa est une «cousine» de la pizza mais se distingue par notamment son mélange de farine (riz, soja et blé).

C'est ce mélange qui lui confère sa texture si particulière : croustillante et moelleuse.

PINSAS Espagnole16.00

Sauce tomate, poivrons grillés, chorizo et mozzarella râpée

✓ PINSAS Dromoise18.00

Crème fraîche, ravioles du Dauphiné, tomme de Savoie, cerneaux de noix, roquette, miel

PINSAS Italienne19.00

Sauce pesto alla Genovese, tomates cerises, jambon serrano, roquette, mozzarella râpée

Suppléments :

- + Mozzarella di bufala (50g) 5€
- + La verte 5€ (salade verte, tomates cerises, copeaux de parmesan, graines de tournesol)
- + Jambon de Parme 5€

A PARTAGER

Pour 2 pers.

✓ LA PLANCHE Végé16.50

Tzatziki, houmous, houmous betterave, caviar d'aubergine, guacamole, carottes, concombre, tomates cerises, pickles oignons rouges, focaccia, gressins

✓ LA PLANCHE Fromage19.50

Reblochon, Tomme de Savoie, Abondance, noix, roquette

LA PLANCHE Italienne23.00

Jambon de Parme, artichauts grillés à l'huile, coppa, Jambon blanc aux herbes, spianata, capres, mortadelle, focaccia

LA PLANCHE Mixte24.00

Jambon de Parme, jambon blanc aux herbes, coppa, mortadelle, reblochon, tomme de Savoie, abondance, focaccia

Formule ENFANT 12.00

- . 1 sirop
- . 1/2 pinsa
- . Brownie OU Glace (Pirulo / Smarties)



BAR & BISTRO

La pause Gourmandise

SUR PLACE OU À EMPORTER

LES FAITS MAISON

Moelleux citron et graines de pavot 6.50
et sa boule de vanille - Sans gluten

Flan patissier 7.50

Cheesecake spéculoos 8.50
Suppléments : + Coulis 0.50€ (myrtille, fraise, crème de marron, caramel beurre salé)

Bowl douceur 10.00
Yaourt végétal au lait de coco, banane, myrtilles, graines de chia, sirop d'érable, granola fruits rouges

Suppléments : + Pépites de chocolat 3€ + Beurre de cacahuete 3€

Tartelette myrtilles 10.50
Myrtilles sauvages



LES PANCAKES GOURMANDS

Pancakes et sirop d'érable 6.50
Pancakes tièdes, sirop d'érable

Pancakes gourmand 9.00
Pancakes tièdes, banane, coulis chocolat, amandes effilées

Pancakes chaud froid 9.00
Pancakes tièdes, coulis caramel beurre salé, éclats de noisette, boule vanille

Suppléments : + Chantilly 1€

LA SPÉCIALITÉ DE LA MAISON



Gaufres maison

SUCRE 5.00
CONFITURE DE MYRTHILLES 5.50
CONFITURE DE FRAISES 5.50
CRÈME DE MARRON 5.50
NOCCIOLATA 5.50
CHOCOLAT 5.50
CARAMEL BEURRE SALÉ 5.50

Suppléments : + Chantilly 1€

LES GLACES

Coupes 9.50

LA CONFINIS

- 3 Boules : Chocolat, Caramel, Vanille
- Coulis de caramel beurre salé
- Amandes effilées
- Chantilly

L'ARAVIS

- 3 Boules : Génépi, Myrtille, Citron
- Coulis de myrtille
- Eclats de noisette
- Chantilly

2 boules 5.00

3 boules 6.50

PARFUMS :

Citron, Myrtille, Chocolat noir, Vanille, Génépi, Caramel beurre salé

DÉCOUVREZ NOTRE GAMME DE PETITS POTS DE GLACE (120 ML)

Pots 4.50
"La manufacture des belles glaces"

PARFUMS :

Barbe à Papa avec cristaux de sucre rose, Mangue des Indes, Citron Vert des Amériques et citron avec zestes, Fraise Senga Sengana avec morceaux



LES P'TITS PLAISIRS

MADELEINE 2.50

COOKIE 3.60

BROWNIE 4.00

MUFFIN MYRTHILLE 5.50

MUFFIN CITRON 5.50

MUFFIN PÉPITES CHOCOLAT 5.50

FONDANT CHOCO 6.50
Chocolat Valrhona

BAR & BISTRO

Les Chauds

SUR PLACE OU À EMPORTER

LES CAFÉS

RISTRETTO/EXPRESSO/DÉCAFÉINÉ	2.00
ALLONGÉ	2.20
CAFÉ NOISETTE	2.40
DOUBLE EXPRESSO	4.00
CAFÉ AU LAIT	4.00
CAPPUCCINO	4.20
CAFÉ VIENNOIS.....	4.80
CAFE FRAPPÉ LATTE.....	5.00



LES THÉS

THÉ NOIR BREAKFAST BIO	3.80
THÉ NOIR EARL GREY	3.80
THÉ DE NOEL (Thé noir, écorces de cannelle...).....	3.80
THÉ VERT GUNPOWDER BIO	3.80
THÉ VERT À LA MENTHE.....	3.80
ROOIBOS DE NOEL.....	3.80
IMPÉRIAL DES ALPAGES.....	3.80



LES INFUSIONS

INFUSION MENTHE POIVRÉE BIO	3.80
INFUSION VERVEINE BIO	3.80
INFUSION DES ALPAGES BIO	3.80



LES LATTES

LE LATTE MACCHIATO.....	5.50
Nature,	
Suppléments : Vanille, Noisette, Caramel, Pain d'épices , Tiramisu 0.50€	

Suppléments :

- + Lait végétal (avoine) : 0,50 €
- + Citron, lait : 0,50 €
- + Miel Bio (origine Drôme): 1€

LES GOURMANDS



CHOCOLAT CHAUD

4.80



CHOCOLAT VIENNOIS

5.20



GOLDEN LATTE

Lait d'avoine,
curcuma et épices

6.00



FLAT WHITE

Double expresso avec mousse de
lait chaud

6.00



CHAI LATTE

Lait d'avoine, épices chai,
sirop d'érable et cannelle

6.00



DIRTY CHAI LATTE

Lait d'avoine, épices chai,
sirop d'érable, cannelle et expresso

6.50

BAR & BISTRO Les Frais

SUR PLACE OU À EMPORTER

LES SODAS

COCA-COLA	4.20
COCA ZÉRO	4.20
LE YAUTE TONIC (LES BRASSEURS SAVOYARDS)	3.80
ORANGINA	4.20
SCHWEPPES AGRUMES	4.20
FUZETEA	4.20
LIMONADE DE SAVOIE - LES BRASSEURS SAVOYARDS	4.00
LIM'O MYRTILLES - LES BRASSEURS SAVOYARDS	4.00
SIROP À L'EAU*	2.10
DIABOLO	2.80

* Parfums des sirops :

Cassis / Citron / Fraise / Framboise / Grenadine / Kiwi / Menthe verte /
Orgeat / Pêche / Violette / Myrtille / Pamplemousse / Hibiscus

LES JUS FRAIS MAISON

Uniquement à base de fruits et légumes frais



CITRON PRESSÉ.....4.50

ORANGES PRESSÉES.....6.50

LE JUS « VITAMINÉ »8.50
Carottes, Pommes, Citron et Gingembre



LE JUS « DETOX »8.50
Myrtille, Pomme, Citron

LE JUS « VERT »8.50
Concombre, Céleri, Menthe Pomme, Citron

LES JUS DE FRUITS

JUS DE FRUITS ARBRE À JUS 25CL	4.80
<i>Orange, Tomate, Poire, Abricot, Pêche de vigne, Pomme/ramboise, Pomme</i>	
NECTAR DE MYRTILLES	6.00

LES ICE SMOOTH'



TAGADA BANANA5.00
Fraise et banane

RED BOOST5.00
Grenade, framboise acérola



FRUITS ON THE BEACH5.00
Mangue, fruits de la passion, orange

LES THÉS FROIDS

MÉMÉ ENERGISANTE	5.00
<i>Thé vert Matcha infusé dans la Sève d'Érable et Jus de Citron</i>	
MÉMÉ RAFRAICHISANTE	5.00
<i>Thé vert Matcha & Menthe</i>	
MÉMÉ VITALISANTE.....	5.00
<i>Thé vert Matcha infusé dans la Sève de Bouleau et Pêche Blanche</i>	

EAUX — Evian et St Pellegrino

50 CL - Plate ou Gazeuse.....	2.10
1L - Plate ou Gazeuse.....	4.00

LES MILKSHAKES



FLORIDA.....6.50
Fraise, banane

CALIFORNIA.....6.50
Fruits rouges



HAWAÏ6.50
Vanille

MANHATTAN.....6.50
Chocolat

BAR & BISTRO

Les Alcools

SUR PLACE OU À EMPORTER

LES BIÈRES

Pressions

	25 cl	50cl
BLONDE (CRISTAL)	4.00	7.50
BIÈRE DU MOMENT	4.00	8.60
PANACHÉ - MONACO	4.00	8.50

Bouteilles

BIÈRES DU MONT-BLANC	5.20
Blonde, Blanche, IPA, Rousse, Bleue (myrtilles), Verte (Génépi)	
VELOSOPHE	5.50
"Save the Planet Ride à Vélo"	
WARSTEINER - SANS ALCOOL.....	4.20

Suppléments : + Sirop : 0.5€ + Picon : 1€

LES APÉRITIFS

SUZE	3.80
SUZE TONIC	4.50
RICARD	4.00
LES KIRS	5.50
Myrtille, Cassis, Pêche, Châtaigne, Framboise, Mûre	

LES DIGESTIFS

GÉNÉPI DU PAYS - 4 CL	6.00
Distillerie des Aravis	
LIMONCELLO - 4 CL	6.00

LES VINS

Rouge

	BOUTEILLE	VERRE
NERO D'AVOLA <i>Cantine Paolini - Sicilia DOC- 2022 - 13%</i>	18.00	5.50
CÔTE DU RHÔNE 🍷 <i>Domaine de Servans - 2022 - 14%</i>	22.00	-
CROS DES BRUYÈRES - GRIGNAN-LES-ADHÉMAR <i>Domaine Aimé Arnoux - 2022 - 14%</i>	23.00	6.00
PIC SAINT-LOUP - SEIGNEUR DE LAURET <i>Les coteaux du pic - 2022 - 13%</i>	26.00	7.50

Rosé

	BOUTEILLE	VERRE
ROSES DU LAC <i>Terre de famille - Maison Cavaillé - 12,5%</i>	20.00	-
MOMENT DE PLAISIR - IGP PAYS D'OC <i>Maison Aujoux - 2023 - 12,5%</i>	23.00	-
DOMAINE DES DIABLES <i>Côte de Provence - 2023 - 13%</i>	25.00	6.00

Blanc

	BOUTEILLE	VERRE
ROUSSETTE DE SAVOIE <i>Roche dorées - 2023 - 12,5%</i>	23.00	6.00
LA TOURNÉE DES GRANDS DUCS <i>St guilhem le Désert - IGP viognier - 2023 - 13,5%</i>	23.00	-
CHARDONNAY <i>Pentes douces - 2023 - 12,5%</i>	25.00	6.00
MONDEUSE BLANCHE - IGP PAYS D'ALLOBROGIE <i>Domaine Perceval - 2022 - 12,5%</i>	29.00	-
BOURGOGNE ALLIGOTÉ <i>Millebuis - 2022 - 12,5%</i>	-	6.00

LES COCKTAILS

9.50



MOSCOW MULE



APÉROL SPRITZ



HUGO SPRITZ



RHUBARB'FIZZ



PINA COLADA



SEX ON THE BEACH

Le Petit déjeuner

Boisson chaude

*Café, Thé, Infusions, Chocolat chaud,
Chocolat viennois*



Jus d'orange pressé



Gaufre maison

*Sucre, Confiture de Myrtilles, Confiture
de Fraises, Crème de Marron, Nocciolata,
Chocolat, Caramel Beurre Salé*

OU

Pain, beurre et confiture

(Framboise, Myrtille)

OU

Bowl énergie

*Yaourt grecque, banane, myrtilles, graines de chia,
sirop d'érable, granola fruits rouges*

13.00

PRIX SERVICE COMPRIS. PRIX EN EUROS - ALLERGENES : DEMANDEZ LA LISTE.

Le Petit déjeuner

Boisson chaude

*Café, Thé, Infusion, Chocolat chaud,
Chocolat viennois*



Jus d'orange pressé



Gaufre maison

*Sucre, Confiture de Myrtilles, Confiture
de Fraises, Crème de Marron, Nocciolata,
Chocolat, Caramel Beurre Salé*

OU

Pain, beurre et confiture

(Framboise, Myrtille)

OU

Bowl énergie

*Yaourt grecque, banane, myrtilles, graines de chia,
sirop d'érable, granola fruits rouges*

13.00

PRIX SERVICE COMPRIS. PRIX EN EUROS - ALLERGENES : DEMANDEZ LA LISTE.

FORMULES

- à emporter -

Roue Libre

1 Bagel **ou** 1 Wrap
+
1 boisson

12.50

Gros Braquet

1 Bagel **ou** 1 Wrap
+
1 boisson
+
1 dessert

14.50

Boisson

COCA-COLA,
COCA-COLA ZÉRO,
ORANGINA,

SCHWEPPEES,
SAN PELLEGRINO,
EVIAN

Bagels

✓ LE Végé DU COL

Pain bagel au sésame, houmous de betterave, fromage de chèvre frais, avocat, pickles oignons rouge et roquette.

LE Sportif

Pain bagel au sésame, filet de poulet grillé, houmous, pickles oignons rouges, citron confit, basilic frais, grains de lin et roquette

LE Nordique

Pain bagel au sésame, saumon fumé, tzatziki, avocat, oignons rouges et mesclun

Wraps

✓ LE COL Végétal

Légumes grillés, tomates confites, houmous de betterave, fromage de chèvre frais, roquette

LE SPRINT Poulet

Poulet grillé, yaourt grec, concombre, ail, menthe fraîche, citron

Dessert

MADELEINE, COOKIE, BROWNIE

FORMULES

- à emporter -

Roue Libre

1 Bagel **ou** 1 Wrap
+
1 boisson

12.50

Gros Braquet

1 Bagel **ou** 1 Wrap
+
1 boisson
+
1 dessert

14.50

Boisson

COCA-COLA,
COCA-COLA ZÉRO,
ORANGINA,

SCHWEPPEES,
SAN PELLEGRINO,
EVIAN

Bagels

✓ LE Végé DU COL

Pain bagel au sésame, houmous de betterave, fromage de chèvre frais, avocat, pickles oignons rouge et roquette.

LE Sportif

Pain bagel au sésame, filet de poulet grillé, houmous, pickles oignons rouges, citron confit, basilic frais, grains de lin et roquette

LE Nordique

Pain bagel au sésame, saumon fumé, tzatziki, avocat, oignons rouges et mesclun

Wraps

✓ LE COL Végétal

Légumes grillés, tomates confites, houmous de betterave, fromage de chèvre frais, roquette

LE SPRINT Poulet

Poulet grillé, yaourt grec, concombre, ail, menthe fraîche, citron

Dessert

MADELEINE, COOKIE, BROWNIE