



| | |
|---------------------------------------------------------------------------------|------|
| Limonade FIT | 4,5 |
| CITRON - MENTHE FRAÎCHE | |
| ENFANT | 3,5 |
| Jus frais DLL | 6 |
| ORANGE, POMME, CAROTTE, CÉLERI, BETTERAVE, FRAISE, CITRON, CONCOMBRE, GINGEMBRE | |
| BOUTEILLE 1L (bouteille consignée 1,50€) | 12,5 |

Café

| | |
|-----------------------------------------------|-----|
| Expresso • Café | 2,9 |
| Expresso macchiato | 3,2 |
| Mocha | 3 |
| Latte | 3,9 |
| Chocolat chaud | 3,5 |
| Capuccino | 3,5 |
| Capuccino flavoured | 4,5 |
| noisette, vanille, spéculoos, cookie, caramel | |
| Irish, Jamaican, Italian Coffee | 8 |
| Supplément lait d'amande ou de soja | 1 |

| | | |
|------------------|-----------------------------------|-----|
| Thé KUSMI TEA | Vert gingembre, Vert BB detox, | |
| | Earl grey, Darjeeling, Anastasia, | |
| | English Breakfast, Noir aux | |
| | fruits rouges, Camomille | 3,5 |
| | Vert menthe fraîche | 3,8 |

| | |
|-----------------------------------|---|
| Café glacé frappé | 6 |
| VANILLE, CAMEL, COOKIE, SPECULOOS | |

| | |
|----------------------------------------------------|---|
| Milkshake | 6 |
| VANILLE, CHOCOLAT, FRAISE, CAFÉ, SPECULOOS, BANANE | |

Bière

| | |
|----------------------------|-----------|
| Carlsberg • Carlsberg 0% | 3,5 • 3,5 |
| Hoegaarden blanche | 4 |
| Desperados • Corona | 4,5 |
| Chimay • Duvel • Westmalle | 4,5 |
| Framboise • Kriek | 4,5 |
| Pecheresse | 4,5 |
| Lefte brune • blonde | 4,5 |

Spiritueux

| | |
|-------------------------|-----|
| APÉRITIF | |
| Kirr | 4,5 |
| Cassis, Violette, Pêche | |
| Kirr royal | 11 |
| Campari | 6 |
| Martini Blanc | 6 |
| Martini Rouge | 6 |
| Get 27 | 7 |
| Pastis | 6 |
| Pisang | 6 |
| Porto Rouge | 6 |

| | |
|----------------------|----|
| GIN | |
| Gordon's | 8 |
| Hendricks | 10 |
| Tanqueray | 9 |
| Tanqueray 10 | 10 |
| Tanqueray Rangpur | 11 |
| WHISKY | |
| Jack Daniel's | 9 |
| J&B | 8 |
| Johnnie Walker Red | 8 |
| Johnnie Walker Black | 10 |
| Bulleit | 8 |
| Chivas | 10 |

| | |
|----------------------|----|
| RHUM | |
| Pampero Blanc • Brun | 8 |
| Captain Morgan | 8 |
| Zacapa | 10 |
| DIGESTIF | |
| Amaretto • Baileys | 8 |
| Calvados • Cognac | 8 |
| Cointreau | 8 |
| Téquila | 6 |
| Grappa | 8 |
| Limoncello | 7 |
| Vodka Smirnoff | 8 |

SOFT

| | |
|-----------------------------------------------|-----|
| Chaudfontaine plate & pétillante, Perrier 1/4 | 3 |
| Chaudfontaine plate & pétillante 1/2 | 4,5 |
| Chaudfontaine plate & pétillante 1L | 7,5 |
| Coca-Cola, light, zéro | 3 |
| Fanta, Sprite | 3 |
| Fuze Tea Sparkling & Peach Hibiscus | 3 |
| Jus Minute Maid | 3 |
| Schweppes Tonic, Agrume | 3 |
| Schweppes Tonic Premium | 3,5 |
| Ginger, Hibiscus, Lavender, Pink Pepper | |
| Red bull (light) | 3,5 |

Champagne

| | |
|--------------------------------|----|
| Coupe Cava de Castell blanc | 8 |
| Coupe Champagne | 11 |
| Cava de Castell blanc | 35 |
| Champagne Bernard Pertois, | 75 |
| Brut grand cru, blanc de blanc | |

Cocktail

9,5€

Aperol Spritz • Bloody Mary • Caipirinha • Caipirosca / (Fraise) • Cosmopolitan • Daikiri Fraise • Margarita / (Fraise) • Mojito / (Fraise) • Mojito Royal • Cuba Libre • Pimm's • Pina Colada • sex On The Beach

| | |
|--------------------------|-----|
| Sangria ROUGE OU BLANCHE | 7,5 |
| (fruits du jour) | |



Les légumes bio, frais & locaux de notre ferme «Little Farm» sont dans votre assiette.
www.littlefarm.be

Restaurant, Bar & Cosy Coworking

Ouvert

TOUS LES JOURS

de 8h à 20h
(fermeture de la cuisine à 18h)

Nos plats sont préparés de façon artisanale par la dynamique équipe de notre chef Filipe de Carvalho avec les produits frais, bio & locaux de notre ferme Little Farm www.littlefarm.be

*Plat 100% produits de la ferme

& peuvent être dégustés sur place, emportés ou livrés par UberEats & Deliveroo, midi & soir.

Certains de nos plats contiennent des allergènes, n'hésitez pas à nous faire part de vos questions à ce sujet.

www.bistrofit.be • info@bistrofit.be
info & réservation 02 280 45 85
fb : bistrofit • instagram : @fit.bistro

Plat végétarien

ENTRÉE

| | |
|-----------------------------------------------------|------|
| Soupe du jour bio | 9 |
| Edamame & sel marin | 8 |
| Bruschetta aux tomates fraîches, ail et basilic | 9 |
| Toast aux saumon fumé et œuf brouillé | 18,5 |
| Philadelphia et oignons | |
| Toasts aux avocats - mesclun | 14 |
| Carpaccio de bœuf | 15 |
| Chèvre chaud sur lit de salade et d'herbes fraîches | 15,2 |
| Burrata aux tomates cerises, huile de truffe | 16,5 |

SALADE

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Salade de croustillant de chèvre chaud lardon, pomme, noix & vinaigrette au sirop de Liège | 17,5 |
| Salade crispy chicken poulet pané, avocat, tomate, concombre & vinaigrette miel moutarde | 17,9 |
| Salade quinoa & tagliata de thon légumes bio rôtis | 19,5 |
| Salade César poulet grillé, câpres, parmesan, citrons, œuf dur, anchois, vinaigrette aux anchois, tomate & croûtons | 17 |
| Salade Norvégienne saumon fumé, avocat, tomate cerise, fraise & oignon | 17,9 |
| Salade exotique scampi grillé, pamplemousse, avocat, noix & vinaigrette aux agrumes | 17,5 |
| Salade de lentille énergisante avocat, radis, carotte, fenouil, tomate & oignon | 15,9 |
| Salade grecque Feta, tomates, concombre, oignons | 16,5 |

BOWL

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Coconut crispy shrimp Scampis, riz vinaigré, edamame, radis, wakame, avocat, kimchi, sésame, mayonnaise Sriracha | 19,5 |
| Chicken quinoa bowl Quinoa, poulet, avocat, oignon, tomate, mozzarella | 18,5 |
| Fit bowl Trois graines (boulgour, quinoa et riz), saumon, wakame, avocat et betterave | 18,5 |
| Crispy chicken bowl Riz, crispy chicken, avocat, tomates cerises, edamame, oignons, coriandre, mayo piquante | 18,5 |
| Egg bowl Mesclun, avocat, tomate, oignon, patate douce, œufs brouillés, riz | 16,5 |
| Salmon bowl Riz, saumon frais, avocat, edamame, sésame, kimchi, sauce soja à part | 18,5 |
| Tuna bowl Riz, thon frais, avocat, edamame, sésame, kimchi, sauce soja à part | 18,5 |
| Veggie bowl Boulgour, falafel, tomates, avocats, concombre, mangue, oignon rouge | 18,5 |

BAGEL&CLUB

| | |
|-----------------------------------|------|
| Bagel Veggie | 13,5 |
| Houmous & légumes grillés | |
| Bagel Norvégien | 13,5 |
| Croque Monsieur | 12 |
| Croque Madame | 14 |
| jambon, fromage et œufs brouillés | |
| Club poulet bacon | 14 |

BURGER

| | |
|-----------------------------------------------------------------------|------|
| Notre burger maison bœuf angus cheddar, sauce giant & frites fraîches | 18,9 |
| Hamburger | 15,5 |
| Cheeseburger | 16 |
| Bacon cheeseburger | 16,5 |
| Chickenburger | 15,5 |
| Burger végétarien & légumes bio grillés | 14,5 |

ENFANT

| | |
|-------------------------|-----|
| Fishstick & brocolis | 9,5 |
| Penne jambon & fromage | 9,5 |
| Penne au fromage | 8,5 |
| Spaghetti sauce tomate | 9 |
| Spaghetti bolognese | 9,5 |
| Poulet grillé & compote | 9,5 |
| Burger boeuf | 11 |
| Burger poulet | 11 |
| Croque Monsieur | 7 |
| Chicken fingers | 11 |

POISSON

| | |
|--------------------------------------------------------|------|
| Tartare de thon tuile de parmesan & mesclun | 19,5 |
| Pavé de saumon grillé au miel, légume & pomme de terre | 23,5 |
| Tartare de saumon aux câpres | 18,5 |
| Fish and chips, sauce tartare | 22,5 |

PROTÉINES

| | |
|---------------------------------------------------------------------|------|
| Américain frites et salade | 19,5 |
| Filet de poulet grillé au citron vert et miel, riz | 18,5 |
| Escalope milanaise | 20,9 |
| Steak grillé (230gr), frites fraîches | 19,9 |
| Wok poulet et scampis quinoa et légumes bio | 19,5 |
| Saucisse de campagne et stoemp bio du jour | 19,5 |
| Boulette sauce tomate spaghetti ou frites | 19,5 |
| Boulet à la liégeoise et frites | 19,5 |
| Scampis au curry rouge | 18 |
| Riz, scampi curry rouge, lait de coco, soja, coriandre, légumes bio | |

PASTA

| | |
|-----------------------------------|------|
| Spaghetti bolognaise | 13,5 |
| Spaghetti carbonara | 14,5 |
| Linguine curry scampis et légumes | 16,9 |
| Spaghetti à l'ail et piment | 15,5 |
| Lasagne maison | 18 |

SIDE

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Frites fraîches* | 4,5 |
| Salade mixte | 7 |
| Panier de légumes | 7 |
| Riz | 3 |
| Frites de patates douces | 5 |
| Sauce archiduc, béarnaise, poivre | 3,5 |

* frites fraîches coupées main dans la maison & cuites dans la graisse de boeuf.

DESSERT

| | |
|-------------------------------------------|-----|
| Moelleux au chocolat | 8,5 |
| Gaufre de Bruxelles chocolat ou chantilly | 8,5 |
| Dame Blanche | 8,5 |
| Glace vanille, moka, chocolat, fraise | 8,5 |
| Sorbet fraise, mangue, citron | 8,5 |
| Salade de fruits de saison | 8,5 |

Vin

VIN MAISON

CLOSERIE DES LYS, FRUITIERES 2018, Languedoc HVE (Haute Valeur Environnementale)

ROUGE / BLANC / ROSÉ

Verre • 1/4 • 1/2 • Bouteille 4,5 • 9 • 14 • 21

BLANC

DOMAINE DE MONTMARTEL, GRANDE BELLANE 2018, HVE Rhône

26,1

MACON VILLAGE TRADITION 2017

DOMAINE DES DEUX ROCHES

Bourgogne

28,8

SAINT VERAN 2017,

DOMAINE DES DEUX ROCHES

Bourgogne

34,6

CEPTEMBRE 2019, Sauvignon Loire

24,6

ROUGE

AUX BONS HOMMES 2014

CHÂTEAU ANTUGNAC, Languedoc

28,8

BOURGOGNE DE L'ONCLE PAUL 2018

33,75

CHATEAUNEUF DU PAPE 2015, La Millière

34 • 59

DOMAINE DE MONTMARTEL 2018, Rhône

22,7

SYRAH D'OGIER 2017, Rhône HVE

26,5

MARANGES 1^{ER} CRU CLOS ROUSSOT 2018

Domaine chevrot, Bourgogne

68,8

ROSÉ

SAUMUR ROSÉ 2019

DOMAINES DES COUTURES, Loire

28,3

Fresh Juice

6,00

JUS DU JOUR

Mix of the day

RED FORCE

Pomme, betterave et carotte

FIT

Orange, carotte et betterave

AGRUME JUICE

Orange, pamplemousse et citron

COMFORT JUICE

Banane, orange et fraise

VEGE JUICE

Carotte, concombre et céleri

DETOX FIT

Pomme, concombre et céleri