

LE ★ ★ ★ ★ ★ TOIRAS

Île de Ré · La Rochelle

LA CARTE DU PETIT-DEJEUNER

Parce que chaque matin est une nouvelle aventure, nous avons essayé de penser à tout pour bien commencer votre journée !

Quel que soit votre choix, chaque matin au Toiras vous réserve un service attentionné, un sourire chaleureux et une expérience raffinée, pour que vous commenciez la journée de bonne humeur, plein d'élan et de vitalité.

Nous vous souhaitons un excellent petit-déjeuner, et une belle journée sur l'île de Ré!

Tiphanie, Responsable du petit-déjeuner

Ronan, Chef de cuisine

NOS FORMULES

*: inclus dans l'offre B&B

LE RAPIDE - 18€*

Jus de fruits : orange ou pamplemousse
Boisson chaude
Confitures, pain, viennoiseries

LE PETIT-DEJEUNER D'OLIVIA – 26€*

Jus de fruits : orange ou pamplemousse
Boisson chaude
Confitures, pain, viennoiseries
Salade de fruits
Yaourt aux fruits ou nature
Fromage de chèvre frais de la région

LE TOUR DE L'ILE – 26€*

Jus de fruits : orange ou pamplemousse
Boisson chaude
Confitures, pain, viennoiseries
Yaourt aux fruits ou nature
Omelette, Œuf à la coque, Œufs brouillés avec jambon ou bacon
Fromages ou charcuteries



LE DETOX - 36 €

B&B : Supplément de 6€

Jus de fruits et légumes détoxifiants
Boisson chaude (*Nous préconisons une infusion de plantes*)
Salade de fruits antioxydants
Crèmeux de spiruline
Avocado toast

Le saviez-vous ?

La spiruline a été déclarée en 1974 "le meilleur aliment pour l'humanité au 21e siècle" par l'Organisation Mondiale de la Santé.

PETIT-DEJEUNER A LA CARTE

JUS DE FRUITS

Jus Détox - 9 €
Orange, Pamplemousse ou Citron pressé - 12 €

BOISSONS CHAUDES

Expresso, Décaféiné, Café allongé - 3,5€
Noisette - 4€
Double expresso, Latte, Cappuccino - 6 €
Chocolat chaud, thés Mariage Frères - 8 €

PLATS CHAUDS

Œufs au choix :

Pochés, brouillés, durs, omelette, au plat, à la coque - 14€
Soupe Miso - 14€
Accompagnement et/ou garniture : bacon, jambon, fromage, légumes +2€
Maïs croustillant et avocat - 17€
Œufs brouillés saumon fumé - 17€
Œufs brouillés au caviar - 46€

ACCOMPAGNEMENTS

Bacon - 10 €
Jambon blanc - 13 €
Avocat sur toast - 15 €
Saumon fumé - 22 €

BOULANGERIE

Corbeille de pains, blancs et céréales - 9 €
Viennoiserie à la pièce - 4 €

CREMERIE

Yaourt nature / fruit / végétal - 4 €
Sélection de fromages - 12 €

FRUITS FRAIS

Salade de fruits - 12 €
Assiettes de fruits coupés - 12 €

NOS PRODUCTEURS



POUR CEUX QUI SAVENT

Pour le café, le croissant et les potins ? Rendez-vous Au Lever du Soleil !

Pour les meilleurs couteaux de l'Île ? Courez au Bistrot du Marin !

Pour un plateau de fruits de mer ? Réservez au Tout du Cru !

Pour un bon verre de vin ? Rendez-vous à l'Insolite !

Pour les macarons glacés ? Faites un brin de queue à La Martinière !

Prix nets en euros - Taxes et service compris

Origine des viandes : France

Liste d'allergènes disponible sur demande