

LOLA ROSA

V = végétalien / *vegan*

G = plats convenant à une alimentation sensible au gluten / *meals suitable for a gluten sensitive diet*

Signalez vos allergies et régimes alimentaires à votre serveur.

Nous ne pouvons garantir que nos plats seront exempts de produits allergènes.

Please notify your server of any allergies or dietary restrictions.

We cannot guarantee that our dishes will be free from allergenic products.

Soupe et salade



Soupe du jour **V G**

5\$

Salade César **V G** sur demande
on demand (contient des noix / *contains nuts*)

9\$

Salade Rosa (demie 9\$) **V G**

13\$

Salade mixte, pois chiche, carotte, poivron, oignon vert, tomate, avocat, olives, orange, concombre, piments bananes et vinaigrette érable balsamique.

Spring mix, chick peas, carrot, pepper, green onion, tomatoes, fresh avocado, olives, orange, cucumber, banana pepper and a maple balsamic vinaigrette.

+ Feta: 3\$

Chips & Salsa

5\$

Préparations au four



Samosas **V**

12\$

Patate douce, épinards et épices. Servis avec chutney à la mangue et salade maison.
Sweet potatoes, spinach and spices. Served with mango chutney and house salad.

Mac & Cheese ⌚ 15-20 min

14\$

Jalapeños, épinards, cheddar fort et havarti. Servi avec salade maison.
Jalapenos, spinach, aged cheddar and havarti. Served with house salad.
+ Chili: 4\$

Quiche du jour ⌚ 15-20 min

13.50\$

Servie avec riz, salade de pois chiches et salade maison.
Served with rice, chick peas salad and house salad.

Tarte aux Tomates / Tomato pie

13.50\$

Tomates, oignons, olives, basilic, fromage feta et fromage mozzarella.
Servie avec salade maison, salade de pois chiche et riz.
Tomato pie with onions, olives, basil, feta and mozzarella cheese.
Served with house salad, chickpeas salad and rice.

Lasagne Épinards ⌚ 20-25 min (contient des noix / *contains nuts*)

15\$

Sauce tomate aux champignons fromage cottage et mozzarella.
Servie avec salade César.
Spinach, tomato and mushroom sauce, cottage cheese and mozzarella.
Served with Caesar salad.

Burgers



Servis avec salade maison.

Burger de fèves noires **V**

14\$

Black bean burger

Boulette de fèves noires au cumin et seitan, mayonnaise végétalienne au « bacon », cornichon, tomates, oignons rouges, choux, piments banane et salade.
Black beans patty with cumin and seitan, vegan 'bacon' mayo, pickle, tomatoes, red onions, sprouts, banana peppers with mixed green.
+ Avocat/ Avocados: 2\$

Hempburger **V** sur demande
on demand


14\$

Burger de graines de chanvre, sauce bbq maison, fromage suisse, oignons caramélisés, tomates, cornichons et salade.
Hemp seed burger, homemade bbq sauce, swiss cheese, caramelised onions, tomatoes, ketchup, pickles and mixed green.
+ Avocat/ Avocados: 2\$

Les classiques Lola Rosa

Quésadilla **V** sur demande on demand **G** sur demande on demand

12.50\$

Tortilla de blé entier, mozzarella, crème sure, salsa et coriandre avec au choix: avocat ou purée de patates douces  (jalapeno et oignon) les 2: ajoutez 2\$.
Servie avec riz et salade maison.

*Whole wheat tortilla, mozzarella, sour cream, salsa and cilantro with choice: avocado or sweet potato puree (jalapeno and onion) both: 2\$.
Served with rice and house salad.*

Burrito **V** sur demande on demand **G** sur demande on demand

13.50\$

Tortilla, purée de patates douces (jalapeno et oignon), poivrons rouges, fèves noires, maïs, salsa de tomates et sauce crémeuse à la lime (contient des traces d'avocat).
Servi avec riz et salade maison.

*Tortilla, sweet potato puree (jalapeno and onion), red peppers, black beans, corn, tomato salsa and creamy lime sauce (contains traces of avocado).
Served with rice and house salad.*

+ Avocat/ Avocados: 2\$

+ Mozzarella: 1\$

+ Fromage vegan: 1\$

Lola's Nachos **V** **G**

La « Montagne » Lola's Nachos **V** **G**

Nachos, salsa et avocat, fromage végétalien, fèves noires, tomates, oignons verts et poivrons verts.

Corn chips, salsa and avocado, vegan cheese, black beans, tomatoes, green onions and green peppers.

+ Crème sûre / Sour cream: 0.50\$

+ Mozzarella: 1\$

Mijotés



Curry jaune **V** sur demande on demand **G** sur demande on demand

14\$

Lait de coco, pâte de curry maison, patate douce, carotte, pois chiches, raisins, tofu et épices. Servi sur riz avec pain plat grillé et chutney à la mangue.

Coconut milk, homemade curry paste, sweet potato, carrot, chickpeas, raisins, tofu, spices. Served on rice with grilled flatbread and mango chutney.

Chili au chipotle **V**

13\$

Sauce tomate épicée, fèves noires, seitan (blé), poivrons vert, maïs, tomates fraîches, oignons verts, coriandre, lime et chips de maïs.

Spicy tomato sauce, black beans, seitan, green peppers, corn, fresh tomato, green onion, coriander, lime and corn chips.

+ Crème sûre / Sour cream: 0.50\$

+ Avocat / Avocados: 2\$

Ragoût Tunisien **V** sur demande on demand **G** sur demande on demand

13\$

(contient des noix - *made with nuts*)

Choux, tomates, concombres marinés, pois chiches, raisins sec, curcuma, cannelle et riz. Servi avec feta et amandes rôties.

Cabbage, tomatoes, marinated cucumbers, chickpeas, raisins, cinnamon and turmeric. Served on rice with roasted almonds and feta.



LOLA ROSA

DESSERTS **Ici nous avons une cheffe pâtissière !** *Desserts prepared by our in-house pastry chef !*



V = Végétalien / Vegan

G = plats cuisinés sans ingrédients contenant du gluten mais peut en contenir des traces.

Meals cooked with gluten-free ingredients, however meals may still contain traces of gluten.

- Tarte à la mangue... crue, sans sucre raffiné **V G**** 7\$
Creamy mango pie... raw, without refined sugar (contient des noix / *contains nuts*)
Mousse de mangue et cajou, gelée à la mangue, croûte amandes-coco.
Mango and cashew mousse, mango jello, almond-coconut crust.
- Tarte caramel et chocolat **V**** 7\$
Chocolate and caramel pie (contient des noix / *contains nuts*)
Caramel salé, cognac, pacanes et riz soufflé.
Salty caramel, cognac, pecan and puffed rice.
- Tarte au citron vert et petites meringues **V**** 7\$
Lime pie and meringues bites
Servie sur biscuit Graham et coulis de framboise.
Served on Graham and raspberry coulis.
- Gâteau à l'érable **V G**** 8\$
Maple cake
Génoise à l'érable, mousseline à la poire, graham de sarrasin.
Maple cake, pear mousseline, buckwheat graham.
- Brownie Fondant et crème glacée vanille** 6.50\$
Brownie with vanilla ice cream.
- Lola sweet** 6\$
2 boules de crème glacée vanille, servies avec une sauce chocolat et amande.
Two vanilla ice cream scoops served with chocolate sauce and almonds.

Café



Espresso court / Allongé / Americano	2.50\$
Double	2.75\$
Café glacé Americano	3\$
Latté / Cappuccino / Mokaccino	3\$
Grand mokaccino	3.75\$
Grand latté / Grand cappuccino	4.50\$

Lait et chocolat

Verre de lait	2\$
Chocolat chaud	3.75\$
Grand chocolat chaud	4.50\$

Thés et Infusions Camellia Sinensis



(biologique)	3\$
Earl Grey: Thé noir, bergamote	
Huiming: Thé vert de Chine	
Chai Camellia: Thé noir, cardamome, cannelle, muscade, gingembre	
Menthe: menthe douce et menthe poivrée	
Blanc	
Darjeling	
Chai latté	3.50\$
Chai latté épicé (gingembre frais / <i>Fresh ginger</i>)	3.75\$

Signalez vos allergies et régimes alimentaires à votre serveur. Nous utilisons dans notre cuisine: gluten, noix, blé, arachides, œufs, produits laitiers et soja. Nous ne pouvons garantir que nos plats seront exempts de produits allergènes.

Merci de votre compréhension / *Please notify your server of any allergies or dietary restrictions. We use in our kitchen: gluten, nuts, wheat, peanuts, eggs, dairy products and soy. We can not guarantee that our dishes will be free from allergenic products. Thank you for your understanding.*



VERRE À VIN



BOUTEILLE



VERRE



PINTE



PICHET



CANETTE



CHASER



SHOT

Vins



Blanc

Pinot Grigio, Vento di Mare - Italie (biologique)
 Fuentesecca, Sauvignon blanc, Macabeo - Espagne (biologique)
 Paso a Paso, Verdejo - Espagne (biologique)



7\$
 7.50\$
 8\$



28\$
 30\$
 32\$

Rouges



Astica Merlot, Malbec - Argentine
 Malivoire Gamay, Péninsule du Niagara - Canada
 Marie Gabrielle, Côtes du Roussillon, France (biologique)

7\$
 9\$
 10\$

28\$
 39\$
 41\$

Bières

Toutes nos bières sont issues de microbrasseries du Québec.
All our beers are made in microbreweries from Québec.

En fût:



Boréale du moment: 6.50\$ 8\$ 20\$
 Trou du diable du moment: 7\$ 9\$ 22\$

En bouteille:



Trou du diable: Sang d'encre 7\$

Sangria

Rouge classique:

Merlot Trapiche, brandy, jus d'orange et ginger ale.

Québ fraîche:

Whisky Sortilège, Pinot Grigio, thé glacé maison et ginger ale.



9\$ 28\$

9\$ 28\$

Alcools

Captain Morgan épicé, Capitaine Morgan, Gin Bombay,
 Vodka Smirnoff, Téquila José Cuervo, Red label whisky.



4.50\$ 6\$

Breuvages

Ginger ale, Coca-Cola / diet / zéro 330mL 3\$
 Saint justin (355mL) 3.50\$

Jus

Mangue 3.25\$
 Cannerberge 3\$
 Pomme 3\$
 Orange 3\$
 Thé glacé maison, 4\$
Home made iced-tea.

